
ELLE
TAIWAN
https://www.elle.com/tw/
Heat Waves
曾之喬
多重宇宙
2022 JUNE 6月號
Surf Up
你必知的衝浪五四三
小琉球的海街日記
海島旅行這樣玩


ELLE
TAIWAN
2022 JUNE 6月號
https://www.elle.com/tw/
曾之喬 多重宇宙
Surf Up 你必知的衝浪五四三 小琉球的海街日記 海島旅行這樣玩
Heat Waves
GUCCI



一起穿上比基尼
登入夢幻 Cosmo Land！

COSMO SUMMER BIKINI PARTY 2022

July 9, 2022 SAT

TIME
13:00 PM - 19:30 PM

VENUE
台北圓山聯誼會
台北市中山區中山北路四段一號

CRYSTAL pass	$650/人	
CRYSTAL pass For Besties	$1,200/2人 (閨蜜雙人票)	
VIP GEMSTONE pass	$800/人	限量
VIP DIAMOND box	$15,000/10人 (含包廂)	限量

凡報名者每人皆可得到一份報名禮

7/9 SAT.

名額有限 立即報名

台北圓山聯誼會

主辦單位 COSMOPOLITAN

協辦單位 台北圓山聯誼會 The Yuan Shan Club of Taipei

合作夥伴 AIR SPACE　Relove　Neogence 霓淨思　CHAMPAGNE COLLET　VAVA　17LIVE　Cheers 氣泡水　Merry Meet　CliqueFie　A Plastic Project



CHANEL

COLLECTION MÉTIERS D'ART 2021/22




CHANEL

CHANEL

COLLECTION MÉTIERS D'ART 2021/22



DIOR.COM - 台北101旗艦店. 微風廣場. 信義新光三越A4館. 台中大遠百. 高雄漢神百貨 0800 862 668





DIOR



*55位35至60歲女性受試者每天使用本產品2次經4周後自我評估結果。**57位45至65歲女性受試者每天使用本產品2次經專業人員評估結果。***57位45至65歲女性受試者每天使用本產品2次之自我評估結果
全新亮眼冰珠！360°轉走黑眼圈*
一轉緊緻泡泡眼** 一夜淡紋更發光***
ADVANCED
GÉNIFIQUE YEUX
LIGHT-PEARL™
NO.1 超未來肌因冰珠亮眼粹
NEW
#亮眼冰珠
LANCÔME
ADVANCED
GÉNIFIQUE YEUX
LIGHT-PEARL™
#未來眼霜
LANCÔME
ADVANCED
GÉNIFIQUE YEUX


LANCÔME
PARIS



PIAGET

POSSESSION COLLECTION

Piaget.tw

台北微風廣場1F
886 2 2772 4988

台北101購物中心 3F
886 2 8101 8399

台中大遠百 1F
886 4 2254 8299

TAIPEI SKM A9

SAINT LAURENT

SUMMER 22 COLLECTION


YSL.COM

VALENTINO
GARAVANI



'I CLOSE MY EYES,
AND IT'S ENDLESS
OCEANS'

CHU

Portrayed by Michael Bailey–Gates in Shoreditch, London. 14-18 March, 2022

VALENTINO
GARAVANI
VALENTINO.COM



#valentinopromenade

Van Cleef & Arpels

Haute Joaillerie, place Vendôme since 1906



台北101購物中心3F・遠東SOGO復興館2F
台北微風信義1F・台中大遠百1F
www.vancleefarpels.com・0800 612 688



Frivole 系列
8朵花戒指及耳環，
玫瑰金及黃K金，
紅寶石、祖母綠及鑽石

ELLE







曾之喬
PHOTOS_TROY WANG
STYLING_KATE CHEN
HAIR_AMBER AT 80S STUDIO
MAKE UP_WEN LEE
STYLING ASSISTANT_TZE YING NG

（上）連身裙（GUCCI）；
Sunflower系列鑽石戒指、
Sunflower系列藍寶石鑽石戒指、
Sunflower系列鑽石耳環
（ALL BY HARRY WINSTON）。

（下）連身裙（GUCCI）。

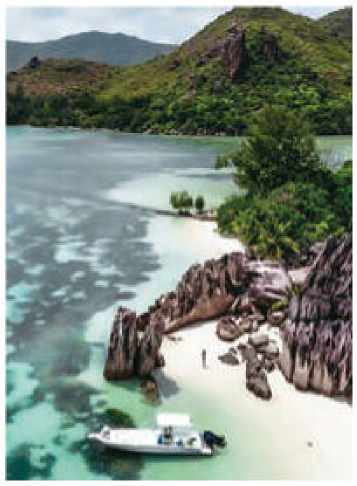
卡地亞顧客服務專線 - 0800 373 888





LOVE
Cartier

台北101購物中心 - 02 8101 7870 | 新光三越 A9 - 02 8789 3599 | 微風廣場 - 02 8772 0011
SOGO復興館 - 02 8772 6665 | 台中大遠百 - 04 2258 3866 | 台南新光三越 - 06 3030266 | 高雄漢神 - 07 2153106

ON THE COVER

INTERVIEW
78 安孝燮 動靜自如 PRINCE COMES TRUE

COVER STORY
84 曾之喬的不乖宇宙 ANOTHER ME UNIVERSE

SPECIAL REPORT
102 我在海街不度假 LIUQIU ACTION

FASHION SPECIAL
148 衝浪指南 SURF UP

STYLE

STREETSNAP
30 繫上風的線條

INSTYLE
32 解放酷暑 HOT SUMMER
33 新式性感 NEXT SEXY

HOT ITEM
34 艷陽 HERE COMES THE SUMMER
35 吃早餐 WANT SOME ？
36 鏈與愛 CONNECTION
37 那位少女 THAT GIRL

CITY STYLE
38 GRACE，自信和諧的風格最美 POTTED BLISS

EDITOR'S STYLE
44 夏天沒有怎麼行？編輯最愛的墨鏡是哪一型？ SUMMER SUNGLASSES

LUXURY

WELL
64 星光閃爍 SHINING STARS

TALK
68 致香奈兒女士的天文情書 TO THE SKY AND BEYOND

WATCH KNOW HOW
72 潛水錶 UNDER THE SEA

JEWELRY KNOW HOW
74 凝視珍珠 PEARLS

FASHION

WELL
140 夏天，衝浪囉 SUMMER SURF DATE
154 初登場 DEBUT
166 愛 LOVE ACTUALLY

TOPIC
180 在臺北，時裝的奇幻與寫真 RUNWAY RECAP
184 香奈兒 2022/23 度假大秀 DREAMING CHANEL IN MONTE-CARLO

INSIDER QUIZ
188 銀幕時尚的幕後推手 OFF-SCREEN

CLOSE UP
192 最強盟軍 MY GANG
193 感情好證明 BE MY BFF
194 女王啊女王 LONG LIVE THE QUEEN
196 抱一下 HUG ME

BEAUTY

WELL
200 海灘奢華派對 SUMMER TIME

BODY
204 夏日關於私密處除毛完整 Q&A ABOUT BODY HAIR REMOVAL

AWARDS
212 資優防曬新品—專業評選 THE BEST OF SUNSCREEN

QUIZ
218 美妝問與答 Q&A

WHAT WE LOVE
219 編輯好物嚴選

FEATURE

EDITOR'S NOTE
24 編者的話

ELLE SHOP
26 質青生活選物

UPDATE
47 時尚新鮮事

PLANET
60 全球新話題

MAN
96 范少勳，從男孩到男人的演員之路 DROP THE BOY

GAME CHANGER
124 PHOEBE SONG，當永續成為內在力量 BETTER THAN SURVIVAL

SPECIAL COLUMN
234 寫給你們的專欄

AT THE MOMENT
242 打開他們的腦

LIFESTYLE

TRAVEL
226 擁抱無限的藍 從綠島到塞席爾 ISLAND GETAWAY

ASTROLOGY
237 關注即時資訊，遊戲投資市場

ELLE 2022.06



CHAUMET
PARIS

台北 101 購物中心 3F - 02 8101 7808 | 台北微風廣場 1F - 02 8772 0618 | 台北晶華酒店 B1 麗晶精品 - 02 2567 7780
台中大遠百 1F - 04 2259 1865 | 高雄漢神百貨- 07 215 5889

ELLE

全球最具影響力的時尚雜誌！

Editor-in-Chief 總編輯	楊茵絜 Bonnie Yang
Visual Director 視覺總監	楊韻儒 Sandy Yang
Deputy Editor-in-Chief 副總編輯	謝可珍 Kora Hsieh
Executive Editor 執行編輯	許依霖 Prairie Hsu
Beauty Director 美容總監	楊淑茵 Yvonne Yang
Senior Feature Managing Editor 資深採訪主編	江昭瑜 Dominique Chiang
Deputy Lifestyle Director 生活風格副總監	黃玉蓮 Coco Huang
Senior Fashion Editor 資深時尚編輯	周雯葶 Wendy Chou
Fashion Editor 時尚編輯	陳玉婕 Meg Chen
Art Managing Editor 美術主編	林欣怡 Hannah Lin
Senior Art Editor 資深美術編輯	李佳蓉 Eva Li
Deputy Digtial Content Director 數位內容副總監	丁伊珊 Afra Ding
Digital Fashion Editor 數位時尚編輯	陳芃妤 Fanny Chen
Digital Beauty Managing Editor 數位美容主編	徐姿婷 Sandy Hsu
Senior Digital Beauty Editor 資深數位美容編輯	楊淳如 Michelle Yang
Digital Lifestyle Managing Editor 數位生活主編	鐘曉薇 Candy Chung
Senior Digital Editor 資深數位編輯	鄭雅文 Sylvia Cheng
Digital Editor 數位編輯	鄧靖樺 Christy Deng
Video Visual Communication Director 影音視覺溝通總監	汪威廷 Julian Wang
Video Production Manager & Director 影音製作部經理/導演	高子甯 Cody Kao

Integrated Marketing Vice General Manager 整合行銷副總經理	楊可立 Irene Yang
Integrated Marketing Deputy Director 整合行銷副總監	李敏如 Maggie Lee
Integrated Marketing Manager 整合行銷經理	黃紹華 Josephine Huang, 林佳蓉 Vivienne Lin, 李紹馥 Sophia Lee, 黃瀞瑩 Jane Huang
Integrated Marketing Manager 整合行銷經理	巴慧怡 Asa Pa, 柯旻君 Kammy Ko, 黃韞蓁 Polly Huang
Project Managing Editor 專案主編	邱禮穎 Louise Chiu
Project Managing Editor 專案企劃主編	黃庭鈺 Jasmin Huang
Project Visual Director 專案視覺總監	蔡靜雯 Mavis Tsai
Senior Project Art Editor 專案美術副主編	邱世豐 Vaughn Chiu
Advertising Administration Executive 廣告行政專員	徐菀蔚 Gina Hsu

Marketing Director 行銷總監	黃柏誠 Edmund Huang
Deputy Marketing Director 行銷副總監	陳盈蓉 Vanessa Chen
Marketing Supervisor 行銷主任	陳里昂 Leona Chen, 余宗穎 Andy Yu

Circulation Director 發行總監	賴明宏 Juice Lai
Subscription Manager 訂戶經理	張逸珊 Sharon Chang

Production Director 印務協理	徐子傑 Jason Hsu
Production & Circulation Supervisor 製作部暨發行部主任	葉家榮 David Yeh

HEARST taiwan

Managing Director 董事總經理	王士平 Daisy Wang
Publisher & Chief Operating Officer 發行人暨營運長	楊欣怡 Ellen Yang
Financial Controller 財務長	張婷婷 Maggie Chang

總機	（02）7747-1688
廣告部	（02）7747-1688*668
發行部	（02）7747-1666
品牌代編暨媒體整合	**（02）7747-1688*610**
讀者服務電子郵件信箱	**elle@hearst.com.tw**

ELLE Taiwan is published by Hearst Magazines Taiwan, a wholly owned subsidiary of Hearst Corporation.
No texts or pictures may be reprinted or utilized in any form or by any means without written permission from the copyrights owner. All rights reserved.


sisley
PARIS
黑玫瑰彈潤水凝霜
一抹爆水 彈嫩立即有感
南法珍稀巴卡拉黑玫瑰，再現極致潤澤
金酸漿花萼萃取，立現巔峰緊實彈性
海扇藻萃取，強化鎖水力，重獲飽水美肌
BAUME-EN-EAU
A LA ROSE NOIRE
Repulpant Eclat
BLACK ROSE
SKIN INFUSION CREAM
Plumping & Radiance
sisley
PARIS
Discover more at sisley-paris.com

ELLE

President of Hearst Magazines: Debi Chirichella
President of Hearst Magazines International: Jonathan Wright
SVP/Global Editorial & Brand Director: Kim St. Clair Bodden
Global Editorial Director, Luxury Brands: Eléonore Marchand

TRADEMARK NOTICE

ELLE® is used under license from the trademark owner, Hachette Filipacchi Presse, a subsidiary of Lagardère SCA.

A division of Lagardère NEWS

CEO, Constance BENQUÉ

CEO ELLE International Licenses, François CORUZZI

SVP/International Director of ELLE, Valéria BESSOLO LLOPIZ

Fashion Editor, Charlotte DEFFE
Beauty & Celebrity Editor, Virginie DOLATA

Syndication Director, Séverine LAPORTE
Syndication Coordinator, Sophie DUARTE

Database Manager, Pascal IACONO

Digital & Graphic Design Director, Marine LE BRIS

Marketing Director, Morgane ROHÉE

www.elleinternational.com

INTERNATIONAL AD SALES HOUSE: LAGARDERE GLOBAL ADVERTISING

SVP/International Advertising – Julian DANIEL
jdaniel@lagarderenews.com

台灣赫斯特媒體股份有限公司

地址：11072 台北市信義區菸廠路 88 號 8 樓　8F., No.88, Yanchang Rd., Xinyi Dist., Taipei, Taiwan 11072
Tel: 886-2-7747-1688 Fax: 886-2-7747-1677
分色製版：采硯創意有限公司　印刷：沈氏藝術印刷股份有限公司 SHEN'S ART PRINTING CO., LTD.　裝訂：智盛裝訂股份有限公司
讀者服務專線：Tel: 886-2-7747-1665~66 0809-088-119 Fax: 886-2-7747-1600
郵政劃撥帳號 15477461 台灣赫斯特媒體股份有限公司
總經銷：大智通文化行銷股份有限公司 Tel: 02-2668-7071 創新書報股份有限公司 Tel: 02-2917-8022
直銷代理商／名欣 Tel: 02-2641-7711 漢麟 Tel: 04-2327-1366 漢學 Tel: 02-2659-3557 柏恆 Tel: 04-2471-4486
專屬電話行銷／典成 Tel: 02-2570-2958
定價 每期新台幣 200 元，一年新台幣 2400 元

ELLE Taiwan is published by Hearst Magazines Taiwan, a wholly owned subsidiary of Hearst Corporation.

No texts or pictures may be reprinted or utilized in any form or by any means without written permission from the copyrights owner. All rights reserved.


TUDOR
#BORN
TODARE
是什麼力量使人追求偉大？敢於接納前所未知，敢於追尋見所未見，凡事皆敢為人先？正是這份精神，賦予了帝舵表生命。這份精神，亦是每一只帝舵腕錶的靈魂。有些人隨遇而安，更有些人天生敢為。
直徑28毫米錶殼
與錶殼連成一體的
「五鏈節」錶帶
瑞士自動上鏈機械機芯
T201型，性能比擬
天文台精密時計
五年可轉讓保用保證
無需登記或定期檢查
TUDOR ROYAL
有關服務及資料查詢，請洽帝舵表服務中心：■ 台北市敦化南路二段105號　電話：(02) 2700 5700 ■ 高雄市中正四路125號　電話：(07) 251 9922

EDITOR'S NOTE



這個月對我來說，真的是糟透了。貓咪過世、工作上有很多未解難題、感情歸零，最後正在截稿的這個當頭，還有很多突然迸出來的突發事件。

有個朋友因為最近剛學塔羅，於是自告奮勇幫我解牌，牌面一攤開來，就看見一個受傷的靈魂，正在愛裡面學習，可是一直覺得自己不值得被愛，朋友希望我好好地內觀，真正地傾聽自己的聲音，不要再把自己埋在各種忙碌裡，否則傷疤始終沒有癒合。

聽完的當下，我淚流滿面。不是因為心疼自己，而是那個藏在我最深處的念頭，她看到了，我好像被理解了，即便只有我可以改變狀態，但世界上多了一個人分享這個秘密。

那天之後，我開始嘗試冥想、正念引導，試著把很多念頭寫下來，梳理出我所畏懼、我所渴望。記錄這些事情並不容易，因為我們大部分把時間留給必須做的事，反覆地檢查還有什麼事沒做，而那些只是在腦海裡一閃而過的想法，或是那些你不敢深挖的念頭，只能浮在表面。

然，停下來的時候，真正深挖的時候，你才會發現原來內心裡面那個微小的自己，可能還停留在某個青黃不接的時期，還停留彼時的傷口，停留在你午夜夢迴都在懊惱的畫面裡，只是你到現在才知道怎麼處理。

兩年多前，我也曾經碰到那樣的徬徨。於是那個時候我學了衝浪，坐在板子上看著海面上的落日，從那時候起，衝浪成了我的出口。

剛好六月有世界海洋日，於是這次六月號我們做了小琉球專題，訪問小琉球島上的居民怎麼看待海洋；我們也做了衝浪，告訴你怎麼選板、選泳衣，採訪衝浪選手；甚至我們也做了海島旅行，跟海洋有關的，滴水不漏。

在這段疫情期間，希望你有好好關心自己、善待自己，我們都是大海所疼惜的子民，儘管疫情是孤獨的，但我們始終都有大海的疼愛。

Editor in Chief
BONNIE YANG
Bonnie.yang@hearst.com.tw
@boniycy

PHOTO_GETTY IMAGES EDIT_YCY



台灣總代理 竑翔國際 www.naviastyle.com

NAVIA
PURE NATURAL

ELLE SHOP.com.tw

日常風景中的小驚喜

夏天將至，穿搭和生活空間都需要煥然一新！最時髦的線上選品店ELLESHOP嚴選質感生活好物，無論是搞怪的、可愛的，還是簡約典雅的，從裡到外打造精緻好品味。

WAEKURA



成立於2016年，在IG上小有名氣的巴黎小眾飾品Waekura，設計風格簡約，優雅中帶點俏皮色彩，穿搭新手也能輕鬆駕馭。全系列採黃銅鍍3微米金製作，用低敏材質溫柔呵護肌膚。ELLE與Waekura獨家合作的五款旅行珠寶組限量開賣，每組配有三件輕珠寶，戒指、項鍊、耳環，總能找到你所愛，另還有質感天鵝絨首飾盒，讓收納這件小事也變得療癒美麗。

〈漫步巴黎〉限量獨家旅行珠寶組，NT.4,500（ELLE X WAEKURA）。

SELETTI



BlackPink成員Jennie IG上曬的唇膏鏡就是出自於它！這個以怪聞名的義大利家居品牌，將流行藝術的靈魂注入家居設計當中，打造出實用性與創意美感兼具的家具配飾——生動的破裂心臟原來是花器；維納斯女神雕像可作為傘桶使用；香蕉、太空人、狗狗搖身變成時髦燈具，各種意想不到的驚奇組合，令人愛不釋手，也讓Seletti躍升為全球潮人的最愛！

左：心臟花器，NT.4,800（SELETTI）。
右：維納斯花器，NT.8,500（SELETTI）。

EVENT

送禮首選！
OPEN IT聯名插畫禮盒



以獨創口味獲得超人氣的瑪德蓮專賣品牌Open It又出新招啦，插畫家33聯名禮盒除了有可愛新包裝，還推出四種新口味：土鳳梨酥、微鹹焦糖鹽之花、荔香莓瑰，以及香脆融心的焦糖餅乾，甜點控絕對不能錯過！熱愛嘗鮮的你，特別推薦升級版瑪德蓮「瑪德堡」，在卡士達特調中夾入酸甜柚子醬炸出新風味，濃郁法式可可配上威士忌香，不甜不膩，任誰都無法抗拒呀！■



左：@33_original插畫禮盒，NT.580起（OPEN IT）。右：綜合瑪德堡6入組，NT.580（OPEN IT）。

您的購物袋是空的！

#elleshoptw

TEXT_JACK FONG, WENDY CHOU PHOTOS_DR., GETTY IMAGES

AHC 源自韓國醫學美容專業護膚品牌

全能光防禦 敏弱肌不怕曬!

全能防護亮白三效防曬棒

SPF 50+ PA++++



狂掃韓國
美妝大賞*

UNPA. BEAUTY REVIEW WINNERS
2019 상반기
언파 뷰티 리뷰 위너스
Winner
선스틱
부문
by unpa.Beauty

#CATEGORY RANKING
recommend by unpa.
2019.05
SUN STICK

*榮獲姐姐的化妝包推薦 (2019年5月)、Beauty Review (2019年上半年大獎贏家)。


ELLE
SHOP.
com.tw
www.elleshop.com.tw



PHOTO_IMAXTREE



繫上風的線條

誰說絲巾過了冬天就只能收進衣櫃最深處？包裹頭頂，圍住前額，在領口打個結，或者搖身一變成獨一無二的上衣和包款，絲巾的搭配術什麼都有人愛，什麼都不會奇怪，上街就自帶微風，俐落地不留痕跡。

PHOTOS_IMAXTREE TEXT_MEG CHEN


HITACHI
日立冷氣品牌代言人
享受幸福溫度
呼吸最好空氣
日立變頻冷氣
台灣日立江森自控空調
設備販賣股份有限公司
總公司：(02)2508-3311
www.jci-hitachi.tw
營 業 據 點 ： 基隆 24586118 / 蘭陽9255366 / 花東8359288 / 桃園3922661 / 新竹5356388
台中23825852 / 彰化 7262021 / 嘉義2333086 / 台南2592141 / 高雄2249520 / 屏東7553355

ELLE instyle



1



2



3



4



5





1.白色鏤空刺繡Bra Top，約NT.4,549（VANESSA BRUNO AT 24S）。
2.桃紅色針織Bra Top，約NT.17,715（KHAITE AT FARFETCH）。
3.針織撞色造型Bra Top，約NT.6,990（ISA BOULDER AT FARFETCH）。
4.紫色喀什米爾Bra Top，約NT.3,700（LOULOU STUDIO AT HARVEY NICHOLS）。
5.Barb褶飾緞面Bra Top，約NT.3,080（LESET AT NET-A-PORTER）。

HOT SUMMER

解放酷暑

爽快地將比基尼和造型內衣穿出街吧，巧選奢華緞面、柔軟針織，日常正裝也能穿出度假的感性，盡情享受陽光普照在身上留下的印記。

NEW SEXY

新式性感

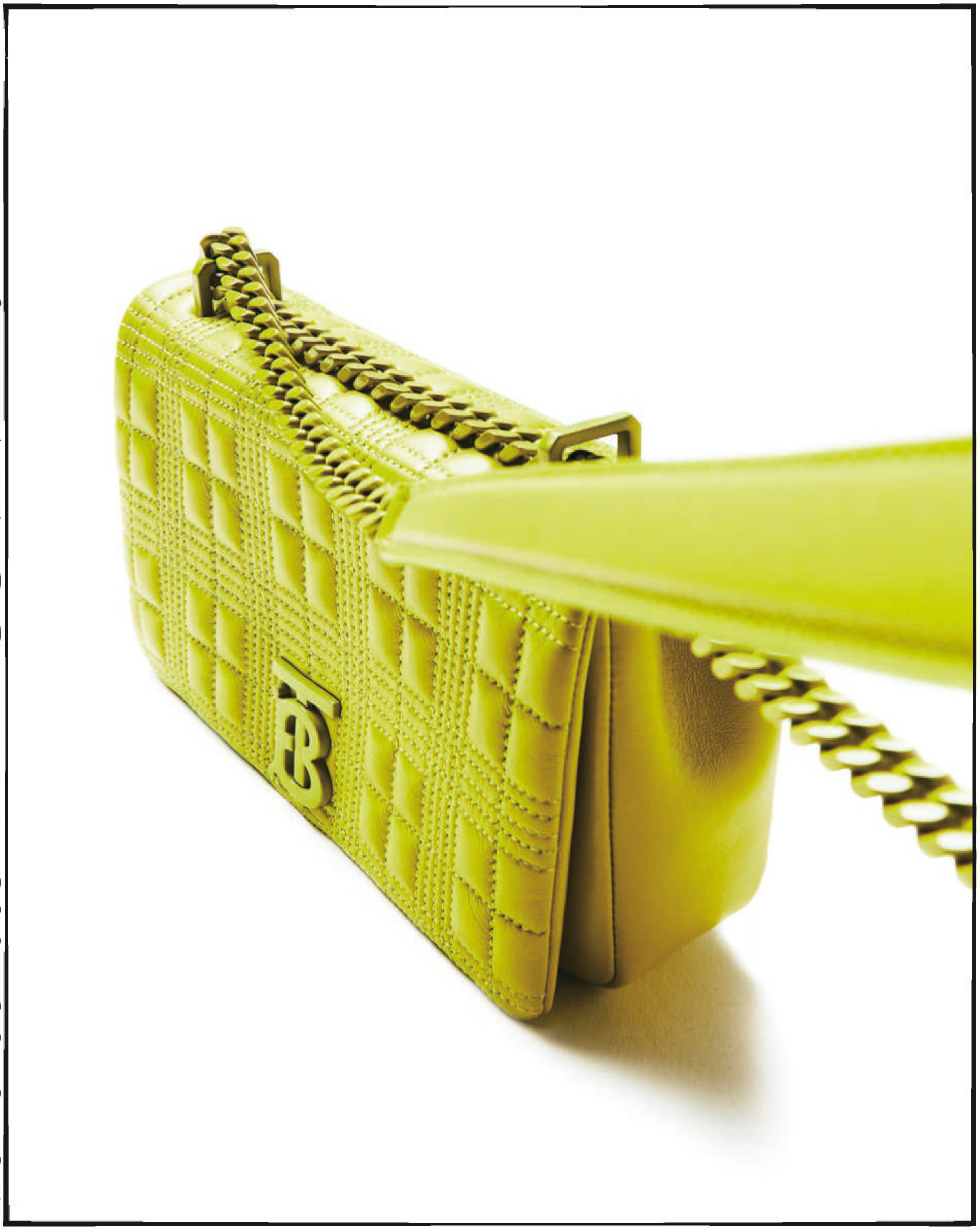
極致緊身、超短迷你裙，不對稱挖剪設計結合輕柔透膚雪紡面料，新世代設計師的字典裡，2022春夏季的「性感」一詞有了全新定義。



1.迷幻鏤空上衣，NT.41,400（STELLA MCCARTNEY）。2.Cone 18K鍍金耳環，NT.22,600（BOTTEGA VENETA）。3.Serpenti Forever祖母綠色小牛皮編織手環，NT.11,500（BVLGARI）。4.Fendace鑲鑽環保水壺，NT.18,500（FENDI BY VERSACE）。5.黃色挖洞造型上衣，約NT.20,990（NENSI DOJAKA AT MYTHERESA）。6.Rockstud羅馬涼鞋，NT.67,000（VALENTINO GARAVANI）。

PHOTO_IMAXTREE, DR. TEXT_WENDY CHOU

here comes THE SUMMER



豔陽

一身亮黃一身太陽，豔陽灑落之處，每個細節都不放過。夏天，你來了啊。

Lola 小型羔羊皮夢納包，NT.69,000（BURBERRY）。



want SOME?

吃早餐

踏著高挑的高跟鞋，性感溫柔，帶著笑替你做早餐；
惹毛我，一腳痛踩，誰也別想吃。

白色小羊皮雞蛋造型高跟涼鞋，NT.53,000（LOEWE）。

PHOTO_LAI TEXT_KORA HSIEH

connection



鏈與愛

戀愛時，我們完整了彼此，即便偶爾分離，也仍有那一縷想念。
我想和你在一起，但也想保有自己。

My Precious Time 頂級珠寶腕錶，石英機芯，17mm x 21mm，263 顆圓鑽約 3.13 克拉、71 顆長鑽約 3.36 克拉、25 顆馬眼型鑽石約 1.80 克拉，價格店洽（HARRY WINSTON）。

that GIRL



那位少女

我來自格林童話中《三根羽毛》，三王子最後找到的那位美麗少女，
我華麗我雍容，我還保有街頭的叛逆。

Demoiselle Gracieuse 項鍊及可拆式吊墜，白 K 金、玫瑰金、鑲嵌 12 顆枕形切割紅碧璽約 206.68 克拉、粉紅藍寶石、白色養殖珍珠、鑽石，約 NT.42,200,000（VAN CLEEF & ARPELS）。

PHOTO_LAI TEXT_KORA HSIEH

City STYLE

Potted Bliss



Grace，
自信和諧的風格最美

Grace是許多人喜歡的IG時尚Icon，雖然是三寶媽卻維持令人稱羨的好身材。這次我們跟Grace來到Hallo Hütte，且來聽聽她聊聊生活風格，以及花藝之美。

Happy Hearts系列18K玫瑰金鑲嵌白色珍珠母貝手環、18K白金鑲鑽手環、18K玫瑰金鑲嵌珊瑚石手環、18K玫瑰金鑲鑽耳環、18K玫瑰金鑲嵌蛋白石戒指、Happy Hearts Twist 18K玫瑰金鑲嵌珊瑚石戒指（ALL BY CHOPARD）；丹寧皮革拼接洋裝（CHLOÉ）。



Happy Hearts18K玫瑰金與精鋼腕錶（CHOPARD）；蕾絲雕花上衣、蕾絲雕花短裙（BOTH BY MAJE）。



丹寧皮革拼接洋裝（CHLOÉ）；黑色楔型鞋（LONGCHAMP）。

ELLE：Grace怎麼保養身材的？

Grace：我是容易逼死自己，到第三胎才比較放鬆，也瘦得比較健康。因為前兩胎有點瘦太快，心理生理都不會那麼平穩。我生小孩生完要恢復身材，我就是運動。我發現運動完的心情會比較平穩，對自己的狀態也會比較滿意。我會做皮拉提斯、重訓、瑜珈，也會做Embody、Emsculpt，那個滿有幫助的。女生生完小孩，抱小孩會挺肚子，肚子會忘記怎麼用力了，所以用這個找回肌肉發力方式滿好的。

ELLE：最近很喜歡的事情？

Grace：我很享受一個人的時間，我連自己一個人開車都很Enjoy，我也很喜歡看書，小孩睡著我就會倒杯酒，看書或是看影集。

ELLE：最近新的嗜好是？

Grace：最近找了瑜珈老師定時來家裡教我，也覺得還不錯，一方面可以省很多時間不用出門，二方面我個性也是比較急，瑜珈有幫助我放鬆、放慢步調的效果，也會讓腿的線條更好看。

PHOTOS_RIVER TSENG STYLING_MEG CHEN MAKEUP_FIONA LI ILLUSTRATION_PEICHI LEE
HAIR_CHI LIN @HAIRMOSA.LAB HAIR ASSISTANT_YUN CHANG TEXT_YCY



Happy Hearts18K玫瑰金與精鋼腕錶、Ice Cube系列18K金、18K白金、18K玫瑰金或鑲鑽耳環、項鍊、戒指、手鍊、手環（ALL BY CHOPARD）；蕾絲雕花上衣、蕾絲雕花短裙（BOTH BY MAJE）。

Happy Hearts腕錶以符合倫理道德標準之18K玫瑰金與精鋼材質打造，飾以白色珍珠母貝面盤、愛心造型滑動鑽石，搭配白色鱷魚皮錶帶。

ELLE：Grace的一天是什麼樣子？

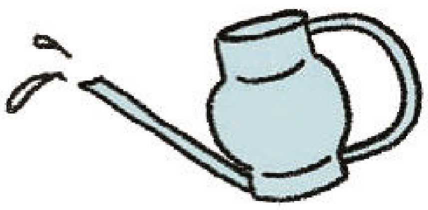
Grace：等小孩去上學後，我的工作會在3點之前結束，等小孩下課會去接他們，帶他們去做課後活動，游泳、打網球之類。如果我有時間煮飯，我就會煮飯給他們吃，譬如一鍋雞湯、一鍋義大利麵、一鍋炒飯，比較方便，弄完就是我自己的時間。

ELLE：起床後會做的三件事？

Grace：我會先看禱告經文，是一個會固定傳送禱告經文的Line群組（禱告時光），它還會跟時事結合。花個5-10分鐘看完，會讓我一天的心情比較穩定。再來是泡咖啡，喝一大杯的水，讓自己醒一醒。

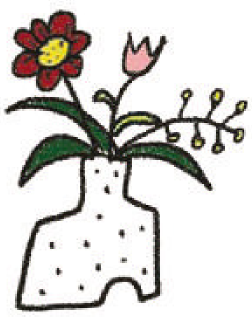
ELLE：最喜歡去的咖啡廳？

Grace：我很喜歡去Goodsman Coffee，喜歡黑咖啡或是燕麥奶拿鐵。



ELLE：喜歡吃的早餐？

Grace：我很喜歡吃酪梨吐司，因為我覺得滿好弄的，我喜歡吃Sourdough bread（酸麵團種麵包），因為我覺得澱粉要早上多吃，晚上少吃，特別是澱粉類。Costco很多酪梨，我就會做酪梨弄成泥，加上炒蛋在上面，或是加上燻鮭魚，再加上Salt and Pepper以及檸檬，就很好吃了。麵包我都會去Miopane買。



ELLE：Grace怎麼跟FRND合作，進成創立By Grace的？

Grace：我其實我小時候就對Fashion很有興趣，可是我是念大眾傳播跟公關行銷，就一直沒有勇氣踏入時尚設計。但很幸運前兩年FRND跟我聯絡，她們找對時尚有興趣的女生來發展自己牌子，我後來就開始發展By Grace這個牌子，風格就像我有時候是有點甜美、有點辣，或是休閒一點。在設計款式時，反映了我當下喜歡的風格。我會找一些Reference，會手畫Sketch，再找布料、選細節，拍照的過程也是自己做Styling，會帶可以搭配的鞋子包包去配，拍照完也可以發現自己也可以這樣配。我滿喜歡知道大家喜歡的方向是什麼，如果沒有看到Sold Out的話就會想說要再推一下。

Happy Spirit 18K白金鑲鑽耳環、戒指、Happy Diamonds Icons Round 18K玫瑰金鑲鑽戒指、Happy Diamonds 18K白金腕錶（ALL BY CHOPARD）；白色短身外套（LONGCHAMP）。



Happy Spirit 18K白金鑲鑽耳環、18K玫瑰金與18K白金項鍊（BOTH BY CHOPARD）；白色短身外套（LONGCHAMP）。

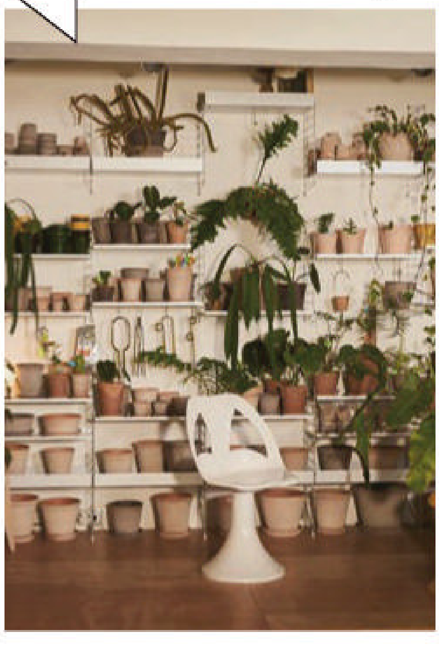


Hallo Hütte棚屋

hütte 德文的意思是「山中小屋」，即使小屋也能夠發揮許多想法在這裡，我們就像hütte一樣，提供一個溫暖舒適與許多我們的綠色生活，都在這裡發生！

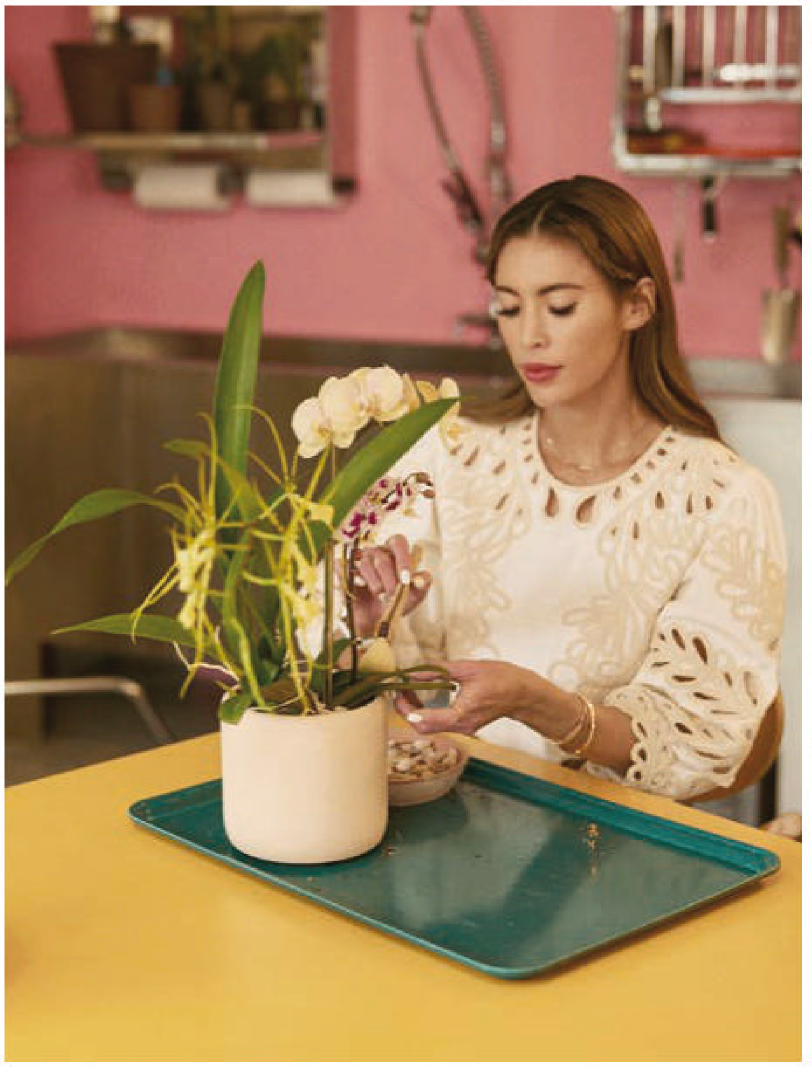
地址：台北市信義區崇德街146巷4號

@hallohutte











身處在蘭花王國的我們，坐擁其他國家也炫目的夢幻資源是非常幸運的事啊！課程中準備當季盛開的花型，練習配置蘭花色感，再搭配自己喜愛的盆器，好好認識他們再重組入盆。 選取自己喜愛的盆器，依照蘭花花色的樣子由老師帶領學生觀察蘭花的習性、花色、姿態等等，去配置在喜愛的盆器裡面。

Happy Hearts18K玫瑰金與精鋼腕錶、Ice Cube系列18K白金、18K玫瑰金、18K金或鑲鑽耳環、項鍊、戒指、手鍊、手環（ALL BY CHOPARD）；蕾絲雕花上衣、蕾絲雕花短裙（BOTH BY MAJE）。

ELLE：你最喜歡收藏的時尚單品是什麼？

Grace：應該是Chanel Jacket，因為那就是很經典的東西，我媽最近就把她年輕時候的Chanel Jacket給我，是黑白跟菱格紋的，我就穿出去，完全沒有違和或退流行的感覺，還是很經典好搭。

ELLE：喜歡逛的E-Commerce網站？

Grace：我喜歡逛Net-A-Porter、Farfetch、Mytheresa，那是我吸收新品的方式。

ELLE：會怎麼選一天的穿著？

Grace：我會看當天的行程，譬如如果我下午要運動、晚上要跟朋友見面，我會穿得很運動，但是外套看怎麼選可以Stylish一點；會是跟爸媽見面吃飯，我就會穿得大家閨秀一點；或是跟老公吃飯，我就會穿得性感一點。

ELLE：怎麼維繫甜蜜婚姻？

Grace：我結婚一周就發現懷孕，所以前期婚姻，就是要抱持著我的快樂是我自己給的，不是老公給的，這樣的想法。想做什麼就自己去實踐，不要覺得老公一定要疼，這是維繫婚姻的好方法，當你把期望抽掉的時候，比較容易感受到他的好。

ELLE：最珍惜的收藏是？

Grace：我很珍惜我媽媽傳給我的珠寶，是我去年很喜歡戴的一個愛心鑽石，那個是爸爸送給媽媽的第一個珠寶，不是貴重不貴重的問題，但是是很有紀念價值的。

ELLE：覺得今天的花藝體驗如何？

Grace：我會自己插花，不是很專業的那一種，這是比較少的體驗，很喜歡家裡有植物跟花。花藝，可以創造出很棒的美感，有老師當然是一百分。我不喜歡太強烈的花色，我喜歡舒服乾淨的比較耐看。■



Happy Spirit 18K白金鑲鑽耳環、18K玫瑰金與18K白金項鍊、戒指、Happy Diamonds Icons Round 18K玫瑰金或白金鑲鑽手環、18K玫瑰金鑲鑽戒指、Happy Dream 18K玫瑰金鑲嵌珍珠母貝戒指、Happy Diamonds 18K白金腕錶（ALL BY CHOPARD）；白色短身外套（LONGCHAMP）；絲質黑長裙（MAJE）；Joy丹寧木屐式跟鞋（CHLOÉ）。

SUMMER SUNGLASSES

夏天沒有怎麼行！編輯們最愛的墨鏡是哪一型？

光在哪裡，它就在哪裡！豔陽一登場，就是到了墨鏡的選美季節，圓框、方框、貓眼、飛行員太陽眼鏡……各種眼鏡造型搭配從基本深色到花樣百出的鏡片，當做你遮陽、遮小臉、遮素顏的最佳造型武器，看時尚編輯們如何選擇，在夏日造型畫龍點睛！





Deputy Editor-in-Chief **Kora**

墨鏡不只和臉型相關，其實也和氣勢有關。氣勢強，愈鎮得住怪墨鏡。曾經，我喜歡各種稀奇古怪的墨鏡，而且只要是什麼妖魔鬼怪我都能夠駕馭，但某日，對自己的臉型突然產生疑慮後，竟然開始很挑墨鏡戴，開始往大鏡框發展，因為臉看起來會比較小。仔細想想，自我懷疑果然是個毒啊，我會努力再把氣勢鍛鍊出來。不過，翻找照片時發現，其實疫情後，我根本不戴墨鏡了，因為外出戴口罩+墨鏡的造型，總讓我覺得自己要去按鈴申告，口罩墨鏡無法共存，口罩你快滾吧。



DiorSignature B3U豹紋蝴蝶造型鏡框太陽眼鏡，NT.16,650（DIOR）。

這個世界分三種人：第一種把墨鏡當收藏，所有色彩和形狀都擁有一副，根據當天心情或穿搭「翻牌」；第二種是專情之人，把墨鏡戴成招牌，例如赫本的貓眼墨鏡，以及阿湯哥的飛行員墨鏡；而我屬於第三類人，依然在尋覓命定款的路上磕磕絆絆，每過一個徒勞無功的夏天就會告訴自己下個夏天再說。幾年前流行小型貓眼墨鏡時，自己也跟風購入了Adam Selman和Le Specs聯名的The Last Lolita，每戴出門，最後卻總會掛在衣領，又或捎上頭頂。但嘗試錯誤不就是時尚最好玩的地方？目前觀望中的是來自Dior的豹紋框款式，希望今年夏天就能加入前兩種人的行列。



Fashion Editor **Meg**



PHOTOS_AFRA DING, WENDY CHOU, MEG CHEN, KORA HSIEH, DR.
TEXT_AFRA DING, WENDY CHOU, MEG CHEN, KORA HSIEH EDIT_AFRA DING



Deputy Digital Content Director **Afra**



我是墨鏡控！圓框、窄版、貓眼、Oversize的墨鏡通通有，但自從要戴口罩之後，選擇墨鏡時常常卡關，總是覺得把臉遮滿，臉上太多負擔，加上口罩和墨鏡可能都是黑色為主，對夏天來說好像太沉重及沮喪了點，因此最近總是在尋找一些高彩度或是淺色鏡片的墨鏡款式，Loewe Paula's Ibiza系列就有多款可愛度假造型直接正中我想放假的心，尋尋覓覓許久發現白框的貓眼墨鏡意外跟口罩挺搭的，另外最近有點熱衷於嘗試極窄版墨鏡，可以露出一點眼睛，讓被包緊緊的臉龐出來透透氣。

粉色心型太陽眼鏡，
NT.12,100 （LOEWE）。



Senior Fashion Editor **Wendy**





人生無法重來，但墨鏡可以讓你徹底的「改頭換面」！我是方圓型臉，下顎角明顯，太圓、太方都是雷，能夠修飾臉型的貓眼、橢圓型是我在時髦這條路上的救贖。好幾年前購入的Fendi玳瑁貓眼，台南新裝裏百貨行淘到、頗有千禧風格的無框長型墨鏡是我的最愛，近期則著迷於膠框墨鏡，尤其是Moncler+Gentle Monster的聯名，既前衛又復古，性感且帥氣，開展鏡架的滑動手勢增添了生活儀式感，眼鏡盒裏上蓬鬆柔軟的黑色羽絨衣，簡直不要太可愛；Gentle Monster的週邊也值得一收，搭配上堪比藝術品的鏡鏈設計，墨鏡一戴，誰都不愛。■




layered x ELLE
戀戀花韻系列
因愛而生
即刻造訪tw.getlayered.com，選購Layered x ELLE聯名輕珠寶
ELLE is a trademark owned by HACHETTE FILIPACCHI PRESSE SA, Paris, France.



DIORIVIERA海島神遊

絢爛的陽光穿過椰樹，在沙灘上映出樹影，空氣中混雜著海水鹹鹹的味道，啊，是夏天呀。Dior 全新度假系列率領我們神遊海邊，Toile de Jouy 法式印花以螢光霓虹華麗綻放；Bayadère 經典條紋增添度假氛圍；印有 Christian Dior 字樣的衝浪板、充氣浮板、戶外遮陽傘、海灘遊戲組，振奮得讓人迫不及待撲向夏天的懷抱。

PHOTO_DR. TEXT_WENDY CHOU



運動時髦兩不誤

Adidas 與 Gucci 兩大聯手的《Exquisite Gucci》系列來台灣了！經典三條紋與綠紅綠織帶相結合，三葉草標誌和 GG Monogram 碰撞出新老花，打造出可雙面穿的連帽外套、條紋針織衫、運動褲和旅行袋，除了運動服之外，高跟鞋、樂福鞋、絲巾等正裝單品也華麗變身，一眼難忘的復古裝束，讓你運動時髦兩不誤。

開賣日期：6月7日 哪裡買：台北101 Gucci店中店、台中新光三越Gucci店中店、adidas.com台灣官方購物網站。





《挑戰─安藤忠雄展》

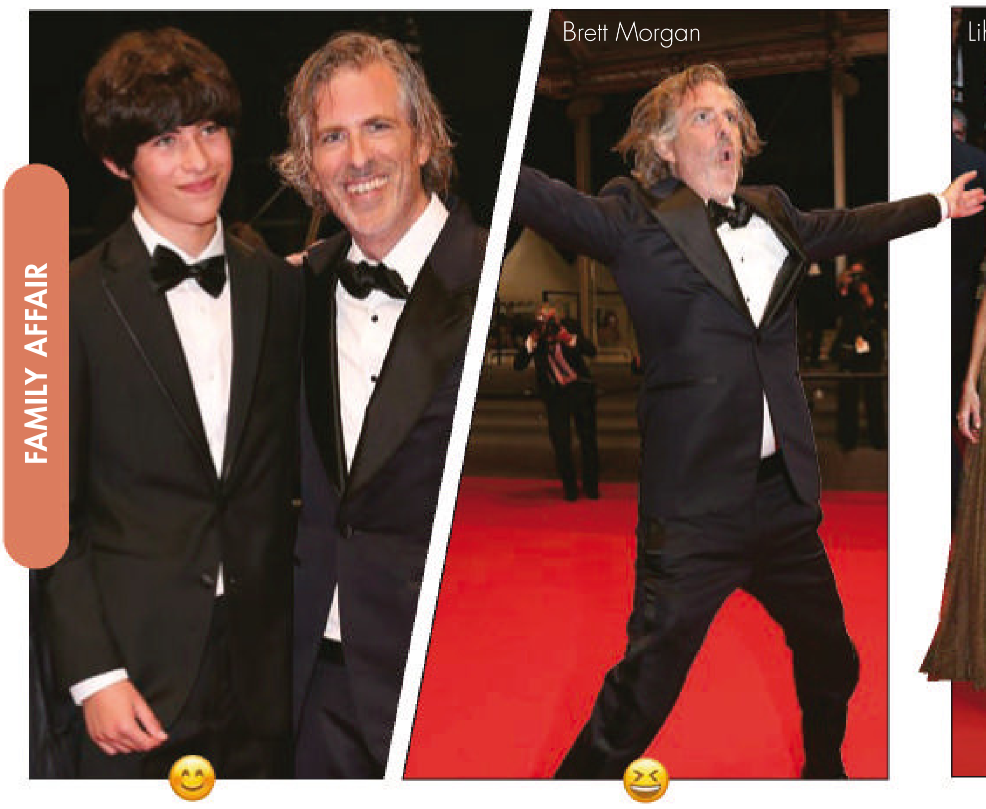
安藤忠雄（Tadao Ando）無疑是當代最具影響力的建築大師。超過三百多件展品不只涵蓋他的眾多生涯代表作，亦透過四大主題：「空間的原型」、「城市的挑戰」、「景觀的創造」以及「與歷史對話」帶領觀眾深入探索安藤忠雄的人生挑戰之旅。除了創意凝聚的建築模型與留下永恆瞬間的眾多影片外，現場也展出 1：1 尺寸復刻的名作「光之教堂」，將經典重現在臺灣觀眾面前。

時間：6月3日～9月13日
地點：松山文創園區 一號倉庫



林夕
《拼命無恙》

林夕寫下這本近百篇現代詩夾帶著散文的書，就像我們情緒節奏，起起伏伏，忽然紀念那些如詩短促的青春，忽然寫對香道茶道書道賞畫的體會。這何嘗不是療癒：過程有時比結果重要。因為「你的日子如何，力量也必如何」。想保無邪之軀，還是必須好好過下去。



你只是想好好拍
一張家庭合照。

但你爸覺得自己是
暖場嗨咖。



同框裡大家都是好姐妹。

轉身後我只認鏡頭。

DREAM OR REALITY

坎城到紐約，爭奇與鬥豔

無論是坎城影展的紅地毯，還是 Balenciaga 在紐約證券交易所舉辦時裝秀前的曼哈頓街頭，閃光燈和大明星雲集之處就必將出現爭奇鬥豔的場面，一起看誰能笑到最後。



發薪日的我。

月底窮到脫褲的我。



當你羨慕《璀璨帝國》
克莉絲汀的好命。

又發現自己也沒有《日落豪宅》
的克莉絲汀成功。

PHOTOS_DR., GETTYIMAGES, IMAXTREE, 高寶出版 TEXT_MEG CHEN, WENDY CHOU, DOMINIQUE CHIANG



打開貴族香氛密室

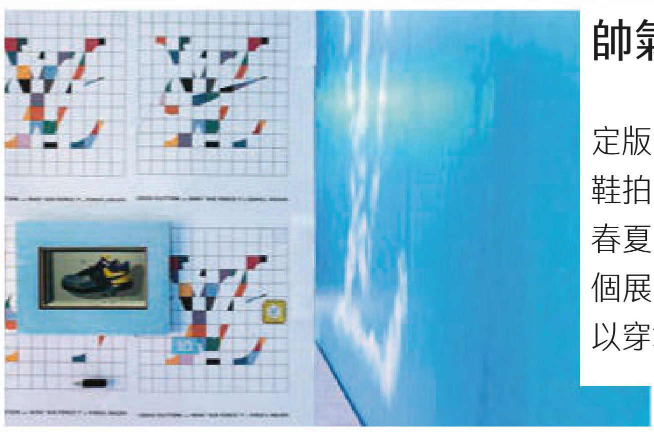
這是一次擁有潘海利根獸首經典香氛的好機會，8 支 10ml 一組的探索香氛禮盒就像是 Portraits 家族宅邸般，將流言蜚語化成一部極致的香氣體驗文學鉅作，生動地躍然於鼻尖，為你揭開一段段塵封的貴族秘事。





毛孩間 Celine

BlackPink Lisa 是人間 Celine，現在你的貓貓狗狗也能成為毛孩界 Celine。時尚界狗奴 Hedi Slimane 為了愛犬 Elvis 推出一系列寵物配飾：Triomphe 老花項圈、牽繩、寵物碗，行李袋上大大的 Dog、Cat 字樣更直接取代原本的 Logo 位置宣示主權，想當然，Elvis 自然成為了這系列形象照的最佳「狗」選，看這萌樣，心都要融化了。



帥氣地走花路吧

今年初的震撼新聞還記得嗎？ Virgil Abloh 生前為 Louis Vuitton 創作的 200 雙特殊限定版 LV X Nike Air Force 1，以總成交金額 2530 萬美元（約台幣七億元）創下蘇富比球鞋拍賣紀錄，全數收益贈與 Virgil 所成立的「後現代」獎學金基金。現在，這雙在 2022 春夏男裝系列上引起網路暴動的九款 AF1 球鞋將於本月正式發售，LV 甚至為系列此辦了個展覽，在紐約布魯克林留下珍貴的創作幕後花絮，雖然特展已經畫下句點，但我們可以穿戴上 Virgil 的精神繼續踏步前行。

《璀璨帝國》

洛杉磯的女富豪都在此，最霸氣的、最性感的、最睥睨的這裡都有。



Anna

出身俄羅斯豪門的 Anna，常搭私人飛機去巴黎購物，最熱愛珠寶！



1.怪奇物語聯名晶亮魔唇，NT.800（M·A·C）。2.單肩抽褶洋裝，約NT.38,625（ISABEL MARANT AT FARFETCH）。3.Jazz 18K白金鑲嵌鑽石與黑色尖晶石手鐲，價格店洽（CHANEL）。4.Udan咖啡桌，NT.37,500（CRATE&BARREL）。5.怪奇物語聯名#140專業彩妝刷，NT.1,970（M·A·C）。6.Ery Strass Boum麂皮彩色水鑽裝飾高跟穆勒鞋，NT.65,900（CHRISTIAN LOUBOUTIN）。

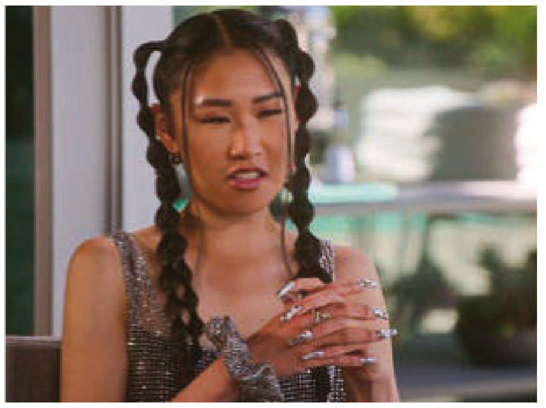


Kim

劇中顏值擔當的 Kim，喜歡穿可以凸顯身材的洋裝，天生的辣妹。



1.雪絨花漾顏奇肌活顏素，NT.2,380（THE BODY SHOP）。2.不對稱抽褶洋裝，約NT.19,967（COLLINA STRADA AT FARFETCH）。3.Joséphine Duo Éternel白金耳環，NT.2,860,000起（CHAUMET）。4.Blondie小號肩背包，NT.102,800（GUCCI）。5.Garden Tales水晶鐘罩與芙蓉（SWAROVSKI）。6.怪奇物語聯名八色眼影盤#1986霍金斯高校，NT.1,900（M·A·C）。



Jamie

來自中國的富二代 Jamie，年紀最小並且熱愛時尚，常有多變、大膽嘗試的造型。



1.超未來肌因冰珠亮眼粹，NT.2,800（LANCÔME）。2.閃石刺繡網布連身迷你裙，NT.185,000（PRADA）。3.經典背包淡香精SAMBYPEN聯名限定，NT.2,000（MCM）。4.One Stud鉚釘飾高跟鞋，NT.32,200（VALENTINO GARAVANI）。5.經典餐瓷，價格店洽（PINTO PARIS，花樂雅堂）。6.Serpenti鍍金小羊皮水桶包，約NT.185,000（BVLGARI）。

PHOTOS_DR., NETFLIX TEXT_WENDY CHOU, YVONNE YANG, COCO HUANG, DOMINIQUE CHIANG



設計師高級訂製乳霜唇萃（TOM FORD）。

重磅回歸 保養型唇萃

添加業界最高濃度 67%保養精華的 TOM FORD 設計師高級訂製乳霜唇萃重磅回歸，結合獨家三秒乳霜轉換科技，一抹即將唇彩化為潤澤修護唇瓣的綿密細緻乳霜，並伴隨著唇瓣溫度緩緩釋放豐富的保養精萃，不但能有效修飾唇紋、令雙唇維持長效柔嫩，還擁有卓越持久的顯色度。

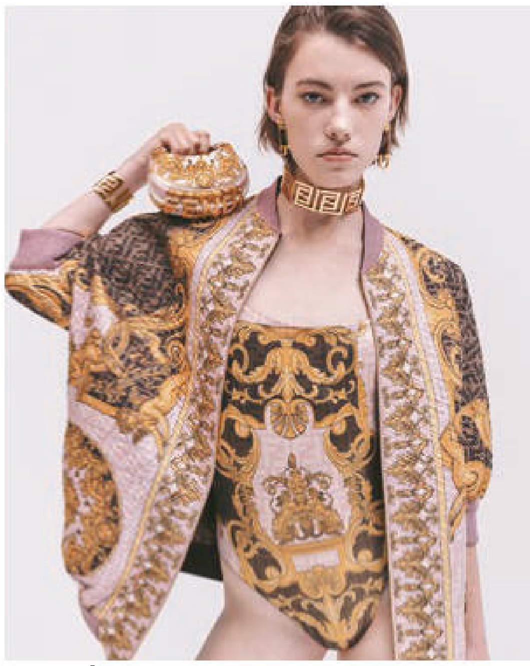

《夢遊樂園》


《小藍》


《草原上，我們開始跳舞》

2022 台北電影節

多部華語新片將在本次影展首映。包含溫昇豪與曾珮瑜主演帶有奇幻色彩的《夢遊樂園》、描寫女性情慾探索與自我認同的《小藍》，以及記錄青年經歷華山大草原分屍命案心路歷程的紀錄片《草原上，我們開始跳舞》等作品。此外，今年台灣短片更展露創作多樣性，其中劉若英在《家家》獨撐全場大秀精湛演技。詳情請密切注意台北電影節官方網站（https://www.taipeiff.taipei）。







Fendace重磅登台

2022 春夏最受矚目的非 Fendi 與 Versace 世紀聯名莫屬，Fendi 的 FF Logo 仿造成 Versace 的經典希臘迴廊 Greek Key 圖案；梅杜莎、別針元素華麗點綴 Baguette 法棍包；FF Monogram 及充滿巴洛克風情的金色茛苕葉圖騰更交織成全新 Fendace Gold Baroque 印花，兩大品牌標誌巧妙融合毫無違和，令人驚豔，絕對值得你收服。



酒 後 不 開 車 ， 安 全 有 保 障 。

喝一口台灣的夏天

一瓶難求的威石東，默默地推出兩款夏季新酒。小威石東白葡萄酒 W°3，三種當地葡萄，金香、木杉、蜜紅的細緻結合，鳳梨、青芒果、亞洲梨、橘子、檸檬和草本風味，清新中帶著濃郁，愉悅的酸度，入口是一場水果煙火的即興表演！小威石東古法氣泡酒 W°2，巨峰和蜜紅兩種在地鮮食葡萄的獨特芳香和多汁特性，啟發了這款 Pét-Nat，添入了些黑后，增加清爽酸度，細緻的嘶嘶氣泡，迷人的西瓜色調，是一種夏天的爽快幸福！

在台北遇見Kvadrat

設計迷請尖叫！與時尚圈傳奇 Raf Simons、法國設計師兄弟檔 Ronan & Erwan Bouroullec 等眾多設計大師跨界合作的丹麥精品紡織品牌 Kvadrat，首度在台北開設展示空間，而且地點就在文青熱點朋丁。

Kvadrat 台灣區總監 Michael Lieshout 說，Kvadrat 在斯堪地那維亞設計領域中擁有深厚根基，其布料產品是許多知名設計與空間不可缺少的關鍵元素，而最主要的原因，就是「Kvadrat 並不感興趣於單一製造商品，參與藝術和設計項目才是我們熱衷的挑戰，因為它能為紡織技術、顏色等創造新的可能，並將織品應用到各式領域，這對建築師和設計師來說，才是具有價值的靈感來源，也是 Kvadrat 與眾不同的核心精神。」

就像時尚圈傳奇設計師 Raf Simons 聯手與 Kvadrat 推出的織品面料，就將高級訂製服精神延伸至傢俱，為時尚界與傢俱設計開啟聯結。也如 Hans J. Wegner 經典之作「CH71 扶手椅」、法國設計師 Pierre Paulin 作品「F437 Orange Slice Chair」等經典名椅，都曾與 Kvadrat 撞擊出迷人火花，其中來自 Vitra 旗下、丹麥設計師 Verner Panton 於 1958 年推出的代表作「Heart Cone Chair」，充滿未來感的愛心造型，鮮明吸睛，時髦滿點，至今仍是設計迷心中必收逸品，而那接近完美的貼合弧度，正是運用丹麥藝術家 Nina Koppel 設計的 Tonu 面料。難怪 Michael Lieshout 說，Kvadrat 絕對不僅是塊布，更是來自斯堪地那維亞的設計靈感。



PHOTOS_車庫娛樂，台北電影節，DR. TEXT_COCO HUANG, WENDY CHOU, DOMINIQUE CHIANG, YVONNE YANG

《2016 REFUGEES UNDER THE SUN 紅日下的難民船》



《2021 擁抱與親吻》



《2021 A SIGN OF DISTRESS 悲痛的符號》



《SHOOTING 普立茲新聞攝影獎 80 週年展》

被譽為「新聞界的奧斯卡」的普立茲新聞獎（The Pulitzer Prize），是新聞從業人員心中的最高榮譽殿堂。當中最令人注目的獎項—普立茲新聞攝影獎（Pulitzer Prize for Photography），今年得獎作品為記錄 2021 年印度在世紀疫情（Covid-19）肆虐下的日常（特寫新聞攝影獎）、2021 年美國選舉國會大廈抗議衝突以及 2021 年 5 月發生的阿富汗塔利班奪取政權事件（突發新聞攝影獎）。而本次公佈的最新得獎作品，連同多達 138 幀普立茲新聞攝影獎得獎作品，即將於今年暑假來台展出，帶領觀眾遊歷 80 年來的重大新聞議題。 時間：6 月 23 日～9 月 25 日 地點：華山文創園區 中 4B 區





透明色的夏天

為了迎接夏季的到來，Salvatore Ferragamo 推出繽紛多彩的果凍系墨鏡，七種透明色調和霓虹色彩讓視覺上更輕盈有活力！本系列更主打環保永續理念，帶有 1980 年代氛圍的中性鏡框，由回收再利用的木材和農業活動產生的餘料製成，眼鏡本身和收納盒也是由環保再生材質打造。想成為夏日時髦小清新，你必須擁有一支！



《成功之路》搖滾歌劇

伍佰 & China Blue 成軍 30 週年特別鉅獻。由伍佰的 7 首經典曲目串連，加上全新創作的 18 首歌曲，全劇共 25 首歌曲貫穿，用其獨特的音樂語言與世界觀，建構出來一段在 2406 年浩瀚宇宙中追尋搖滾明星夢的奇幻旅程！伍佰並親自飾演全劇的靈魂人物「光魔王」，並邀請鳳小岳、周厚安、金馬獎才女法蘭、皇后皮箱主唱卡菈參與表演。



完美的肌膚洗卸饗宴

迪奧極淨舒緩潔顏系列繼極淨舒緩潔顏慕斯之後，今年再接再勵提供更加完整的洗卸步驟，全新三款卸妝單品：眼唇妝卸除液、卸妝乳、卸妝液，均蘊含高比例自然來源成分，以富含淨化護膚能量的「法國白睡蓮精萃」為核心，偕同細緻舒適質地與快速高效潔顏力，打造最溫和親膚的淨膚感受，不論淡妝、濃妝、甚至是持久型彩妝，都能快速卸除。

PHOTOS_太空彈劇團, DR. TEXT_YVONNE YANG, WENDY CHOU, DOMINIQUE CHIANG



1



2



3



4

花園迷宮
WINSTON MAZE

探索海瑞溫斯頓（Harry Winston）的花園迷宮，從華麗耀眼的頂級珠寶系列，到優雅細緻的設計珠寶—Lily Cluster與Sunflower系列，以璀璨動人的珠寶花卉，為人生獻上美麗祝願。

每個人都是世界上獨一無二的花，花卉一直是海瑞溫斯頓的靈感來源，2022春夏，海瑞溫斯頓打造了一座花園迷宮，以經典的鑽石，亦或是搭配色彩繽紛的祖母綠、藍寶石或紅寶石，透過卓越精湛的珠寶工藝與美學，將大自然的光采凝聚於雋永優美的珠寶作品中。就讓我們一起進入溫斯頓迷宮，尋找屬於妳的花束。



5

頂級珠寶 銘記高光時刻

海瑞溫斯頓以最耀眼奪目的珠寶使每個歡慶時刻更加閃耀，這個使命在品牌的每一件頂級珠寶作品中都得到了完美詮釋，利用熠熠生輝的鑽石、繽紛的彩寶，以不同切割方式、鑲嵌技巧，排列出多采多姿的花卉意象，例如，Winston Cluster系列以品牌標誌性的錦簇鑲嵌設計，優雅又帶氣場，不僅讓妳在任何場合都是目光焦點，更讓美好的一瞬定格成為永恆。

向日葵、百合、勿忘我的花園派對

花朵和珠寶都自帶幸福與愉悅的正能量，海瑞溫斯頓擷取備受青睞的花朵化身為經典的設計珠寶。Sunflower系列以鑽石、紅寶石或藍寶石作為花蕊，搭配鑲嵌圓形明亮式切工鑽石的花瓣，利用完美的對稱比例呈現三維立體的層次感；而與其相映襯的Premier系列Sunflower腕錶，則在豔紅色微珠打磨的珍珠母貝錶盤上，採用Sunflower系列珠寶的同款設計打造而成。以珍貴寶石完美詮釋優雅綻放的向日葵，無論在任何場合，讓您增添與眾不同的溫婉柔情和迷人時尚。另外，Lily Cluster系列融合幾何形狀和優美的線條，將百合花的姿態萬千幻化為俐落簡約的珠寶作品；巧妙結合圓形明亮式、水滴型和馬眼型切工鑽石，Forget-Me-Not系列重新詮釋了大自然中最迷人的勿忘我。



6

1. 海瑞溫斯頓 Lily Cluster系列18K玫瑰金鑽石項鍊。2.海瑞溫斯頓Winston Cluster系列藍寶石鑽石項鍊。3.海瑞溫斯頓Sunflower系列紅寶石鑽石耳環。4.海瑞溫斯頓Sunflower系列鑽石項鍊（中）。5.海瑞溫斯頓Sunflower系列鑽石戒指。6.海瑞溫斯頓Premier系列Sunflower 36毫米自動腕錶紅色款，全球限量30枚。



包你時髦

Valentino 發表全新 Garavani Mini Locò 包款，綴以 VLogo Signature 金屬標誌與雙肩帶設計，延續 Locò 系列的經典外形，Mini 尺寸洋溢青春活力並提供多樣色選。活動式可拆除的金屬鏈以及皮革兩款肩帶設計，能提供不同場合的造型需求，一個配件就能展現多變格調。



心靈避風港

以簡單直效、大自然植萃能量為髮膚注入滋養精華的森歐黎漾，2022 推出全新 SAHOLEA HOME 居家香氛系列，嚴選由瑞士的百年香氛工藝打造的專利情感香氛，將植物萃取與天然植物精油等珍貴精華融合香氛內，解放緊繃神經與壓力，為居家生活點綴清新的愉悅氛圍。



循跡時尚

Weekend Max Mara 經典的 Pasticcino 點心包，為俏皮的手拿包造型和球形包扣，兼具甜美風格與鮮明個性。隨著 2022 秋冬系列首發亮相的點心包，選用三種不同的福圖尼棉布，展現優雅迷人的多彩魅力；球型包扣則來自 Gambaro &Tagliapietra 玻璃工坊，使點心包滿蘊藝術匠心。

為愛而生

Van Cleef & Arpels 梵克雅寶自創立以來，一直向美麗的愛情故事致意，而鑽石婚戒被公認為最具代表性幸福盟約的信物，世家承傳世代積累的專業造詣，以最嚴謹的準則挑選鑽石，設計成雙成對的訂婚與結婚戒指套裝，歌頌演繹浪漫的愛情故事，並能透過銘刻服務，為專屬戒指鐫刻愛的宣言。



PHOTOS_DR. TEXT_JASMIN



咒術迴戰
Designed by JINS

細膩呈現主角虎杖悠仁與人氣角色們的個性特徵

JINS×咒術迴戰 聯名系列重磅登場

日本銷量第一眼鏡品牌JINS，與人氣動漫作品「咒術迴戰」聯名合作推出「JINS×咒術迴戰」眼鏡系列，2022年6月9日（四）起，在全台JINS門市及網路商城販售。

魅力席捲全球！人氣動漫「咒術迴戰」聯名系列
滿載角色世界觀的獨特聯名設計絕對必收！

超人氣TV動漫「咒術迴戰」，故事描述咒術師使用咒術，與源自人類的負面情感而生的「咒靈」間戰鬥的故事。2020年甫推出便引爆全球動漫迷瘋狂追捧，不只在日本國內火紅，在海外各地播出後也累積粉絲無數，是現今最受歡迎的動漫作品之一。此次「JINS×咒術迴戰」聯名眼鏡系列，靈感取自角色日常生活的穿搭細節及生活態度，打造滿載作品世界觀的「潛藏細節」，從框型挑選到鏡腳細節設計，都藏滿人氣角色們的特徵個性，不僅深具蒐藏價值，更是粉絲能夠完美融入日常穿搭的實用生活配件。

聯名系列商品以故事主角虎杖悠仁、伏黑惠、釘崎野薔薇、禪院真希、狗卷棘、七海建人、五條悟等7個高人氣角色為主軸，分別設計出7款代表每個角色的獨特鏡框。凡購買此系列便可得到以「東京都立咒術高等專門學校」校徽為意象設計的原創眼鏡盒與眼鏡布。同時另一位隱藏角色熊貓也同步推出超萌的布偶造型眼鏡盒，一口氣滿足粉絲們的蒐藏慾！



伏黑惠款式



虎杖悠仁款式



原創設計眼鏡布



熊貓款式眼鏡盒

「JINS×咒術迴戰」 聯名眼鏡系列

【商品款式】 聯名眼鏡系列：7型7款（7位人氣角色各1款1色）
1980元、2480元、2980元、3480元
熊貓款式眼鏡盒550元
【配　　件】 原創設計眼鏡盒、眼鏡布（熊貓款式眼鏡盒需另行購買）
【銷售通路】 全台JINS門市及網路商城（Outlet門市除外）



原創設計眼鏡盒


SNUGGLE
AROMATHERAPY
精油香氛擴香
Sleep
晚安舒眠
沉靜木質香
Relax
舒緩放鬆
質感花果香
Peaceful
平靜舒心
恬靜草本香
販售通路
POYA寶雅
Carrefour 家樂福
康是美
watsons
momo
蝦皮購物
PChome 線上購物!


SNUGGLE
AROMATHERAPY
Relax
GERANIUM X BERGAMOT X CEDAR
Reed Diffuser
SNUGGLE
AROMATHERAPY
Peaceful
SAGE X EUCALYPTUS X VETIVER
Reed Diffuser

ELLE planet

推動NFT宇宙的女人

從Justin Beiber到Gwyneth Paltrow，大家都在買NFT。NFT成為藝術圈最熱門的生意，動輒賣上幾百萬美元價格。現在，這個曾是謎團的數位資產，也一路吹進了時尚、社會運動和詩歌圈，背後的推手還是一群女性，究竟幕後的真相是什麼？

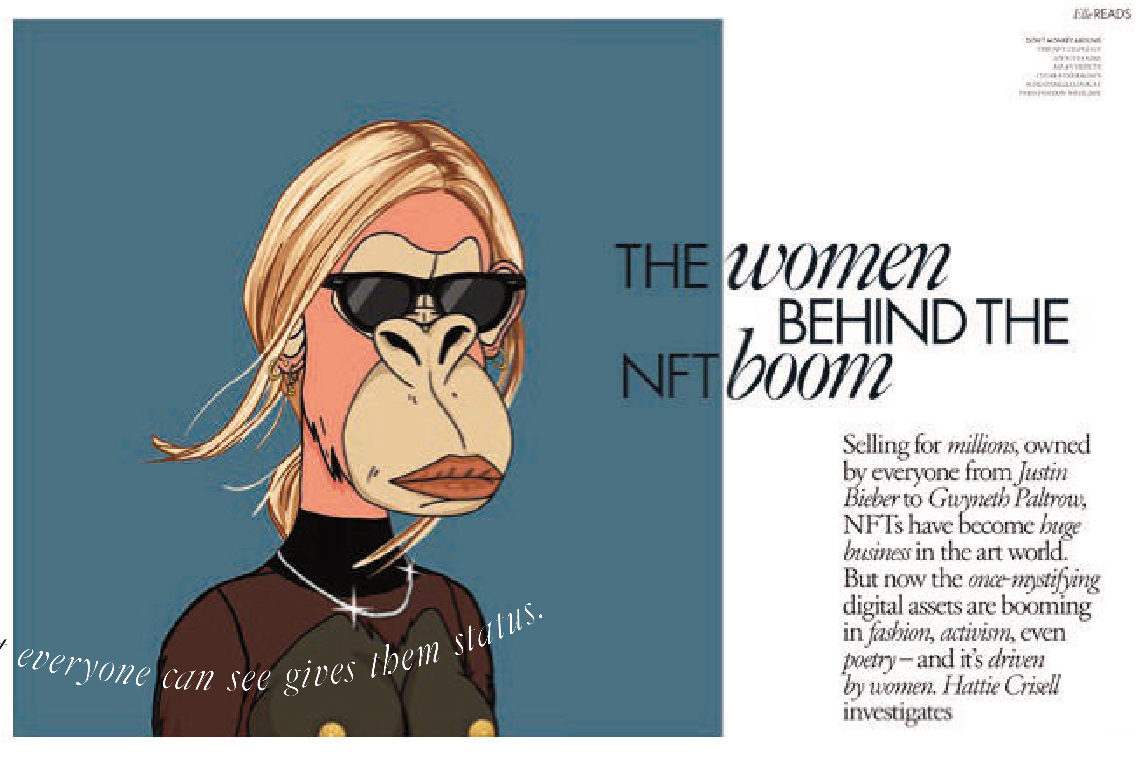
由一群女性集體創立的theverseverse.com，以詩歌作實驗，把文字組成以視覺圖像重新表現出來；葡萄牙藝術家Yam Karkai就創立了大受歡迎的NFT系列World of Women（簡稱WOW，意為「女人的世界」），由繽紛多樣的女性面孔組成的數位插畫集。好萊塢演員Reese Witherspoon就買了一個紫色皮膚、臉長雀斑且戴鼻環的WOW，並當作頭像。Karkai認為她不是拿NFT來炫耀地位，而是展現一種共識。

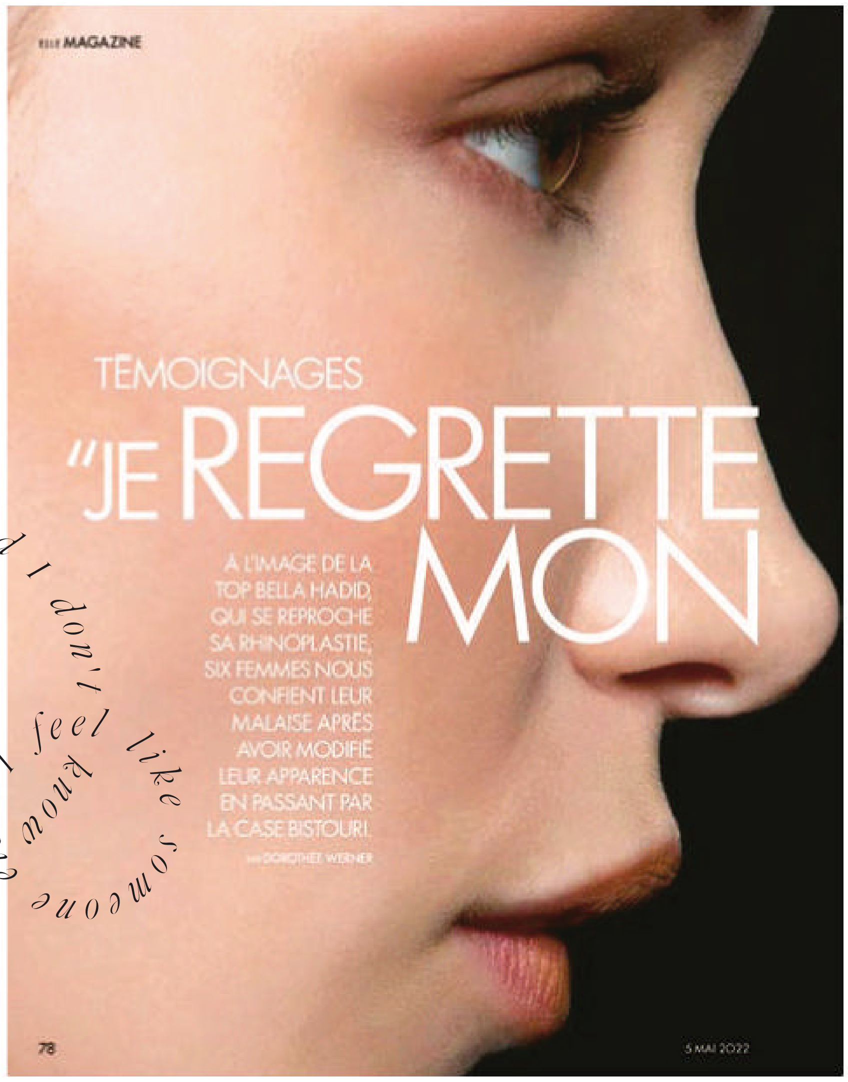
WOW把主要銷售金額的25%，拿來買其他加密貨幣藝術家的作品，並把固定比例的錢投入慈善用。另外也有一群藝術家和人道主義者，像是Code Green組織創辦人，也是來自非洲馬利的歌手Inna Modja，就常舉行NFT拍賣會以籌措資金對抗氣候變遷議題。另一個以女性為訴求對象，由美籍巴基斯坦裔藝術家Maliha Abidi發行的NFT系列Women Rise，也常被用作頭像使用。她希望募得款項可用來提昇女性受教權與性別平等。

「在NFT大紅之前，我從來不敢想像可以把數位藝術當成工作，因為我沒有人脈也沒有經紀人，在傳統藝術世界裡，我永遠不可能出名。」Karkai說。在疫情封城期間，靠著NFT樹立一票粉絲的哥倫比亞藝術家Soy Fira也有同感。她的NFT賣到了三十個不同國家，其中一幅作品還被挑出來，跟著亞馬遜創辦人Jeff Bezos一起上太空。她同樣想為其他女性開啟這扇門，最近才賣了五個NFT為女性領導人論壇「One Young World」籌募基金，她說：在我的國家，女性通常沒在工作，她們必須留在家帶小孩。我希望讓更多女孩藉由科技得到更多發展機會，變得更獨立。」



UK 202205





I'm addicted and I don't know how to slow down. I feel like someone else.



FRANCE 202205

我後悔整形

超模Bella Hadid坦言：「我當初應該保留祖先的鼻子，那麼我終究會長成適合它的樣子。」擁有五千萬名Instagram追蹤者的她抱持這樣的遺憾，無可避免引發了討論。她在14歲時接受母親的建議對鼻子動刀。現年25歲的她在時尚雜誌的專訪坦承：「我是那個比較醜的妹妹，一頭棕髮，不像Gigi（同為超模的姊姊）那麼酷，那麼外向。人們真的這樣評論我。很不幸地，當這些話不斷被灌輸，妳確實就相信了。」

如果說Bella Hadid的自白在社群網路上引發迴響，那是因為整形造成的遺憾觸及了許多在沉默中承受、充滿內疚的女性。幾位因為整形而懊悔的女性在法國版ELLE上作了見證。

莎夏（28歲，鼻子整形）表示：「我感覺變成另一個人，一個對人生耍花招、造假的人。」安娜（56歲，肉毒桿菌、玻尿酸注射）說：「我上癮了，不知道如何放慢……我用狂熱的目光看著自己，像拿著放大鏡觀察細節。我想重獲自信，但這卻使我更加脆弱。」瑪莉（64歲，拉皮手術）說：「我因為做了這件不可逆轉的事而痛苦，它讓我無法慢慢迎向本來能夠隨時間而適應的歲月痕跡。彷彿我錯過了女人生命中的一個關鍵階段。」

事實上，根據2018年法國研究機構的數據，大多數整形過的女性都感到滿意。然而在陰影中，有一群人仍持續自我譴責。一本整形專書的作者Isabelle Sansonetti解釋：「對結果的過度期盼和失望的風險成正比。人們期待的不只是修改外表缺陷，這是人性使然。他們有時候想像這是揮一揮魔杖改變人生，無論是愛情或事業。」透過後悔的心聲我們明白，觸動了一個人的外表，總會觸及他的自我認同。

PHOTO_GETTY IMAGES TRANSLATION_CHRISTINE LEE, TSUNG-AN SHEN EDIT_PRAIRIE HSU

ELLE planet

拯救自己的一盞明燈 Lisa



KOREA 202205



去年推出個人單曲專輯的Lisa說到在準備專輯時，能夠充分反應自己的想法，拍攝MV時能盡情嘗試，每個過程都很享受。談起《LALISA》MV的製作，她很慶幸自己當初提議穿著泰國傳統服飾登場，雖然不是特別被期待的部分，卻成了很和諧的畫面。個人演出時，總要非常專注地不錯過每個鏡頭，這經驗讓她在團體共同演出時，遇到不是自己的部分，也變得更能專注。

Lisa懷念起每次舉辦演唱會時，明明當天非常疲憊，卻總在舞台上展現活力十足的模樣，讓她感受到現場歌迷們給予她的力量有多龐大。個人活動期間，要獨自消化所有行程，多少會孤獨，多虧有歌迷們才減緩那份孤獨感。

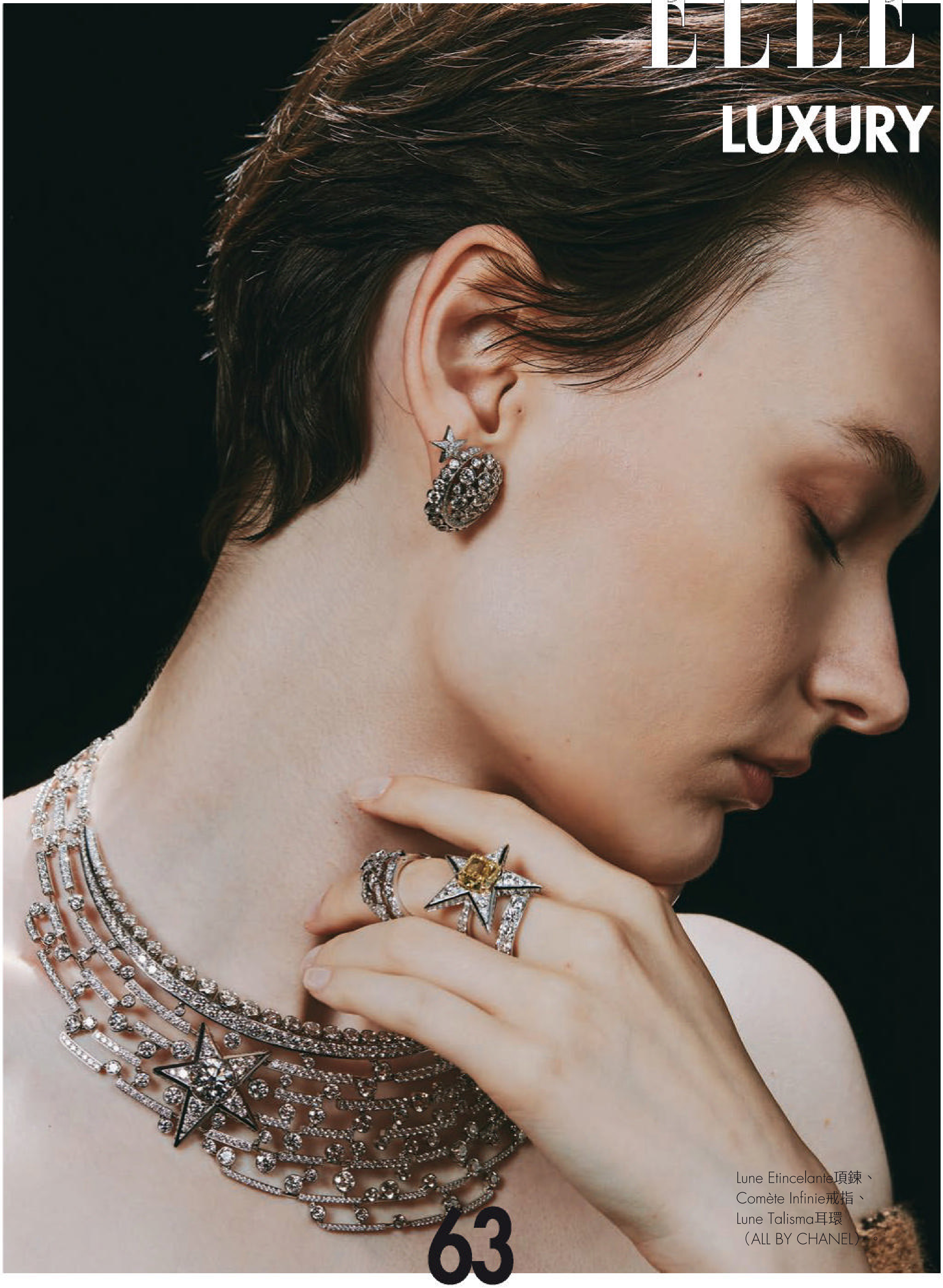
提到去年參與泰國脫口秀《Woody Show》，這是她首次在泰國的正式訪問，因很少單獨接受訪談有些緊張，但主持人讓她能放鬆地進入狀況，不知不覺就暢聊了起來；她還提到自己的母語明明是泰文，但有時表達方式會有點奇怪，還會被媽媽糾正！

近期最讓她緊張的就是站上Celine2022春夏系列的伸展台，當初手插在外套口袋內走完後，發現手心都是汗。不過談到最近有什麼想稱讚自己的事，她回答，「對於自己用正面的能量活著，對任何事情都努力樂觀地去面對，是很棒，值得稱讚的事。」

提到成員們，她說昨天也和成員們待了一整天，大家在一起總是很有趣又放鬆，不用多說，光用看的就知道在想些什麼，畢竟包含練習生時期，都一同相處11年了。

最後談到Lisa最喜歡的季節——夏天，即將到來，想做什麼事，她透露不久前和Rosé聊到想出去玩，她希望能去海邊玩，最想去的是濟州島。■

PHOTO_GETTY IMAGES TRANSLATION_VENSON CHEN EDIT_PRAIRIE HSU



Lune Etincelante項鍊、
Comète Infinie戒指、
Lune Talisma耳環
（ALL BY CHANEL）。

PHOTOS_PUZZLE LEUNG



星光閃爍

如慧星尾巴劃過天空，
閃爍光芒的星光燦爛，如絢麗的花火。

PHOTOS_PUZZLE LEUNG STYLING_QUENTI LU
MAKE UP & HAIR_STING HSIEH
STYLING ASSISTANT_AN CHEN,NI CHIEH HSIN
MODEL_LINKA AT DOLLS MODEL MANAGEMENT

深海軍藍色羊毛氈長版外套、Comète Volute胸針、
Pluie de Comètes耳環（BOTH BY CHANEL）。

Shining STARS



金屬銀色針織開襟衫、
Comète Harmonie 項鍊、
Comète Harmonie 耳環、
Satellite Harmonie 胸針
（ALL BY CHANEL）。



Soleil Doré 項鍊、
Comète Infinie 戒指、
Lune Talisman 戒指
（ALL BY CHANEL）。



黑色羊毛刺繡緹花披肩、
Comète Volute項鍊、
Soleil Mademoiselle耳環
（ALL BY CHANEL）。



To The Sky And Beyond

致香奈兒女士的天文情書

這是一件不許人忘記的珠寶。不只因為它是2022年香奈兒《1932》頂級珠寶系列中單價最高的作品，更因為它就像讓你我窺見香奈兒珠寶宇宙的一扇窗──彗星、月亮、太陽，最能體現香奈兒女士熱愛天文的三大元素首次在同一件珠寶作品中聚首，由滿滿的圓形切割鑽石、一顆5.05克拉的DFL Type IIa梨形切割鑽石，和一顆55.55克拉的深藍色緬甸藍寶石打造，在簡單幾道線條中便串起了滿天星辰──它的名字是Allure Céleste，意指蒼穹之魅力，亦是本次香奈兒《1932》頂級珠寶系列的故事起點。

Allure Céleste 項鍊

四件物證，認識《Bijoux de Diamants》

1929年秋，華爾街，黑色星期四。美國歷經第一場大股災，全球也接著陷入經濟大蕭條。《大亨小傳》式的輝煌繁華終是迎來大夢初醒，士氣與景氣皆是一片低迷。「忘卻危機最好的方法，就是讓雙眼盡情欣賞美好的新事物。」嘉柏麗·香奈兒秉持著這樣的信念接受了倫敦鑽石集團的合作邀約，於1932年正式展開全球首見的頂級珠寶創作計畫——Bijoux de Diamants。


EXPOSITION
DE
BIJOUX DE DIAMANTS
créés par
CHANEL
du 7 au 19 Novembre 1932
chez Mademoiselle CHANEL
29, Faubourg Saint-Honoré, 29
AU BÉNÉFICE DES ŒUVRES
"SOCIÉTÉ DE LA CHARITÉ MATERNELLE DE PARIS"
et
"L'ASSISTANCE PRIVÉE A LA CLASSE MOYENNE"
reconnues d'Utilité Publique
ENTRÉE : 20 FRS

1

1.展覽邀請函

1932年11月7日到11月19日，歡迎來到嘉柏麗·香奈兒盛大舉行的《Bijoux de Diamants》鑽石珠寶展。米白色的邀請函上，黑色的Sans Serif字體言簡意賅，眼尖如你或許也發現了下方的入場費標示——20法郎，全數捐贈給法國兩大慈善機構。



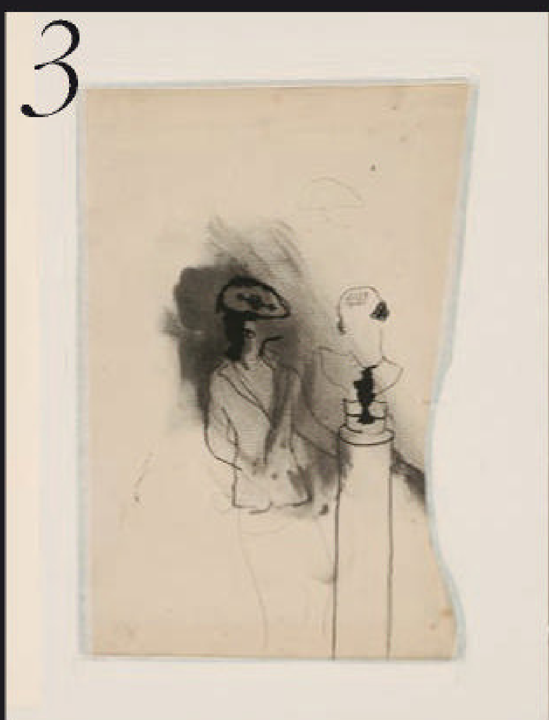
2.百代高蒙電影院的紀錄片

雖然一時成了全城熱事，這場展覽卻也引起業內爭議。由女性時裝設計師復甦珠寶界在今時被譽為大膽創新，當時卻被視為喧賓奪主，事件被諷為一場「香奈兒風波」（Chanel Affair）。他們聯手抵制香奈兒女士生產珠寶，更要求作品被銷毀，並將寶石歸還。此後關於該系列的資訊少之又少，直到2012年一部由百代高蒙電影院製作的紀錄片被重新翻出，當年場景才得以重現。

2



3





4

3.克里斯蒂安·貝拉爾的手繪稿

在聖奧諾雷市郊路29號，生活痕跡被抹去，取而代之的是鏡面、大理石柱、玻璃箱架和箱內栩栩如生的蠟像模特兒，這裡是香奈兒女士的私人宅邸，也是《Bijoux de Diamants》的展覽空間。插畫師克里斯蒂安·貝拉爾（Christian Bérard）記錄下了她為蠟像模特兒打理造型的身影，讓人聯想到她創作服裝時的模樣，而這兩者之間也頗有異曲同工之妙——極簡輪廓、完美平衡、經典而永恆。

4.羅伯特·布列松的黑白照

親自精心製作系列媒體新聞資料的香奈兒女士也找上了羅伯特·布列松（Robert Bresson）為珠寶作品拍攝五幅黑白照片，其中就包含以流蘇為靈感的Franges手鍊、蝴蝶結造型的Nœud項鍊，還有環繞肩頸的Comète開放式項鍊。

PHOTO_DR. INTERVIEW & TEXT_MEG CHEN




Soleil 19 Aout 項鍊

細數《Bijoux de Diamants》的過去後，該是時候認識它的現在，而此時就不能不提到香奈兒珠寶創意工作室總監Patrice Leguéreau。在加入香奈兒前，他曾就讀於法國國家寶石學院，又在那之前，他來自藝術背景，主修的是模型雕刻，也因此從藝術而非珠寶的角度出發是他的堅持。

在今年的《1932》系列中，很難不看到香奈兒女士設計思維的影子。當年她在系列中22件作品運用了天文意象，本次Patrice便將全系列77件作品聚焦於此；當年她透過混搭模糊了日與夜的界線，本次Patrice便打造出Allure Céleste項鍊這般的大師之作；當年的她捨棄扣環設計，擁抱多功能戴法，本次Patrice便設計出一共13款可轉換式作品，獻給熱愛自由搭配的女子。

ELLE：2012年時，你曾帶領香奈兒珠寶創意工作室團隊一起打造80件作品，向《1932》鑽石珠寶系列致敬。如今十年過去了，這次你希望如何為這個經典系列再次展開新篇章呢？

Patrice：十年前，剛加入品牌的我想要盡情展現香奈兒珠寶的魅力，證明香奈兒在珠寶界是能佔有一席之地的。如你所知，這份企圖心反映在了我的創作能量上，於是誕生了如此龐大的作品集。但這次我決定捨去《Bijoux de Diamants》中以時裝為靈感的部分、回歸原點，專注在看似狹隘卻又充滿力量的領域，那就是天空。



Lune Etincelante 項鍊



5



4



Lune Etincelante 項鍊



6

7

ELLE：在香奈兒女士所深信且鍾愛的眾多符碼中，你認為哪一個元素最難以珠寶詮釋？

Patrice：老實說，它們對我來說並沒有難易之分，我的目標是為它們所有都發展出最美麗的可能性。在全新《1932》系列中，彗星設計對我來說是比較複雜的。讓氣勢磅礡的珠寶體現出柔美感本來就不是件容易事，而要從尖銳的五芒星中帶出女性特質，便是更大的挑戰了。

ELLE：那麼在本次系列創作過程中，你所做出最大膽的決定是什麼？

Patrice：只以這三種星體為主角，就是我為這個系列所做出最重大、最激進的決定，同時也是我所做的第一個決定。接下來的創作過程其實都很自然流暢，非常符合香奈兒精神。

ELLE：我們很好奇，你會形容自己是一位感性還是理性的珠寶設計師呢？

Patrice：理性是必須的，而我當然也盡力運用我感性的一面！我希望用最簡約的手法、最極簡的寶石，來翻譯最豐富的情感。在珠寶設計中找到傾訴、分享情緒的方法對我來說是至關重要的，我的初衷是想讓女性在配戴這些珠寶的時候，能與它們產生情感連結，無論那是自信、安全感、力量還是愛意。

ELLE：最後，《1932》系列在過去90年來經歷了許多不同詮釋。你認為自己這次帶來了什麼新角度，又有什麼是你相信將永遠不變的？

Patrice：在香奈兒世界裡，《Bijoux de Diamants》系列是相對神秘的存在，關於它的資訊一直都非常少，我們也很可惜地沒有持續發現關於它的新知，但這也代表有許多我得以發揮的空間。在我眼中，關於《1932》系列將永遠不變的是那份關於女性、自由、動感、輕盈的原創精神，而能夠改變的則是我們如何去詮釋這些精神。而這也是我為何選擇以此三種星體作為主角，因為他們對我來說象徵的恰恰就是上述這些香奈兒特質，比起時裝更甚。■

1.Satellite Harmonie 胸針，18K白金與黃金鑲嵌鑽石、黃色藍寶石及縞瑪瑙，建議售價NT. 8,714,000。
2.Soleil Talisman 胸針，18K黃金鑲嵌鑽石及黃色藍寶石，建議售價NT. 3,050,000。
3.Soleil Dore 項鍊，18K白金與黃金鑲嵌鑽石，建議售價NT. 34,855,000。
4.Lune Talisman 耳環，18K白金鑲嵌鑽石及坦桑石，建議售價NT. 7,261,000。
5.Lune Talisman 項鍊，18K白金鑲嵌鑽石，建議售價NT. 4,502,000。
6.Comete Volute 胸針，18K白金鑲嵌鑽石，建議售價NT. 34,855,000。
7.Comete Opale 戒指，18K白金鑲嵌鑽石、養珠及蛋白石，建議售價NT. 6,100,000。

潛水錶

潛水錶最大的特色，在於有一個很大、容易閱讀的錶圈，材質從陶瓷、碳纖維、金屬都有，愈具備抗氧化抗腐蝕抗刮就愈高端。而這個外圈往往都是單向旋轉，因為怕水下撞到會回轉擾亂計時，上頭的記號對準分針後下水，輔佐計算氧氣瓶的存量，掌握著該上岸的時間。若要講腕錶跟生命最息息相關的瞬間，那肯定是潛水錶。



1

2

UNDER THE SEA



3



4

5



6

1.Pelagos LHD專業潛水腕錶，NT.150,000（TUDOR）。

2.Submersible S Brabus Blue Shadow Edition專業潛水腕錶，NT.1,440,000（PANERAI）。

3.1858系列Iced Sea日期顯示自動腕錶，41mm，NT.102,000（MONTBLANC）。

4.Captain Cook庫克船長黑色高科技陶瓷潛水腕錶，43mm，NT.102,100（RADO）。

5.Aquaracer Professional 300 Orange Diver 腕錶，43mm，NT.107,700（TAG HEUER）。

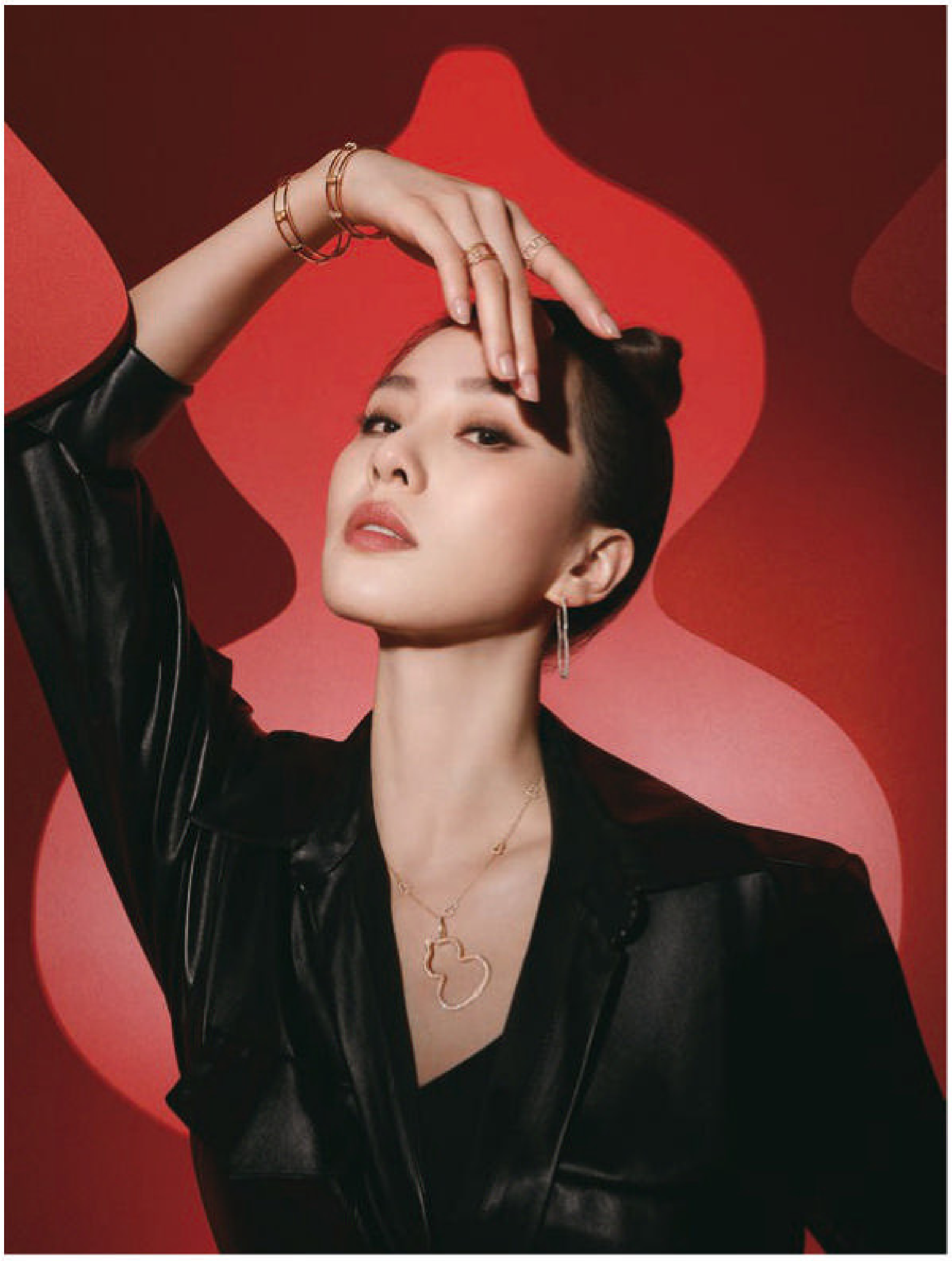
6.潛水系列世界環球帆船賽腕錶，44mm，限量200只，NT.314,100（ULYSSE NARDIN）。

PHOTOS_DR. TEXT_KORA HSIEH

以雋永經典定義嶄新未來

SHAPE OF ICONIC WULU

一眼抓住視線令人過目難忘，Qeelin最具代表性的經典之作Wulu系列，
弧形線條與幸運涵義深受喜愛，進入光耀的第18年之際，
全新Wulu 18系列以新元素再續風華，創造無與倫比的未來展望。



將東方美學承載著中國神話吉祥寓意的Qeelin珠寶，自2004年由Dennis Chan創立以來，充滿當代風格的時尚設計擄獲不少女星名人愛戴，尤其最為經典且首創的「Wulu系列」，將象徵平安的葫蘆用線條演繹平衡和諧之美，諧音更有著「福祿」美好涵義與祝福，並受到國際影星張曼玉青睞，在坎城電影節單戴Wulu耳環走上紅毯，隨即成為討論焦點，一舉打開Qeelin獨特古典之美的華麗旅程。

圓潤線條與時髦設計的組合，讓Wulu深入人心的造型成為Qeelin代名詞，不只傳遞中華傳統美學的意義，更讓高級珠寶融入於日常穿搭中變身不可或缺的時尚配件，經歷18年後，Qeelin將經典的Wulu系列賦予新生意義和承載品牌根源，全新「Wulu 18系列」保留經典葫蘆的流暢弧形線條，以鉚釘立面的現代設計手法打造出有棱角的多維反射面，並搭以18K玫瑰金閃耀溫潤色彩，猶如連結著Qeelin傳承的過去、現在與未來，更為年輕自信的Wulu 18相信能再創下非凡新章節。

Wulu 18系列推出5個尺寸大小吊墜，方便自由搭配，可優雅穿著高領上衣搭配大型Wulu 18吊墜，嶄露主角光芒的存在感，也可選擇平口或V領式的服裝，穿戴多個中型或小型的Wulu 18吊墜，讓它層疊於胸前點綴摩登風采，作為個人風格的鮮明表達，舉手投足令人過目難忘，是極具質感和傳承意義的珍貴獻禮。



PHOTOS_QEELIN TEXT_S.HSU



2



1



4



3

PEARLS

凝視珍珠

一顆顆渾圓飽滿、光澤圓潤的珍珠，凝視著，看似優雅雍容，背後卻藏著眼淚。你知道珍珠是怎麼來的嗎？在密閉的珍珠蚌貝殼內，只要一被異物刺激一痛，貝類就會生成一層珍珠層來自我保護，珍珠就是這一層層眼淚裹覆形成，原來如此，在美麗的故事背後，總有一點傷痛更加浪漫。



5



6



7



8

1.Tiffany Victoria鉑金鑲淡水養殖珍珠及欖尖形鑽石耳環，價格店洽（TIFFANY & CO.）。

2.Joséphine Aigrette 18K玫瑰金珍珠鑽石耳環，NT.125,000（CHAUMET）。

3.Plume De Chanel耳環，18K白金，鑲嵌鑽石、養殖珍珠，NT.338,000（CHANEL）。

4.Clash De Cartier耳環，大溪地珍珠、縞瑪瑙、鑽石，NT.810,000（CARTIER）。

5.Square Leaf 18K黃金淡水珍珠耳環，NT.79,300（TASAKI）。

6.Triple Pearl耳環，NT.102,000（TASAKI）。

7.Rosette de Perles 14K 黃金珍珠耳環，約NT.44,440（SOPHIE BILLE BRAHE AT NET-A-PORTER）。

8.Starry Night系列珍珠鑽石耳環，18K白金鑲嵌鑽石總重約0.42克拉，搭配日本Akoya珍珠，NT.122,000（MIKIMOTO）。

PHOTOS_DR. TEXT_KORA HSIEH

入夏秀髮
一滴極淨 豐盈亮澤

氣溫甫緩步上升，髮肌已經開始悶熱癢，髮型扁塌感、掉髮量更讓人心驚嗎？近幾年最火的養髮神器--HAIR RITUEL by Sisley「賦活重升髮精華」，贏得百大設計師一致認證髮肌修護抗老效果，讓頭髮重現豐盈，從頭做到視覺減齡目標！

撰文／Tina LO　　圖片提供／SISLEY



Voluminous and Healthy Hair



健康髮肌與豐盈秀髮，才是造就漂亮髮型與年輕顏值的關鍵！頂尖沙龍百大設計師聯名推薦的HAIR RITUEL by Sisley「賦活重升髮精華」，持續保養，能讓髮肌健康年輕狀態直接躍升最高級。後續髮型不必靠專業吹捲、吹澎、塑型，自己在家洗護吹整就能豐盈彈力有型，讓每一位使用者，真正能明顯感受到「髮肌健康髮質底子好，整理頭髮更得心應手」的愉悅感。

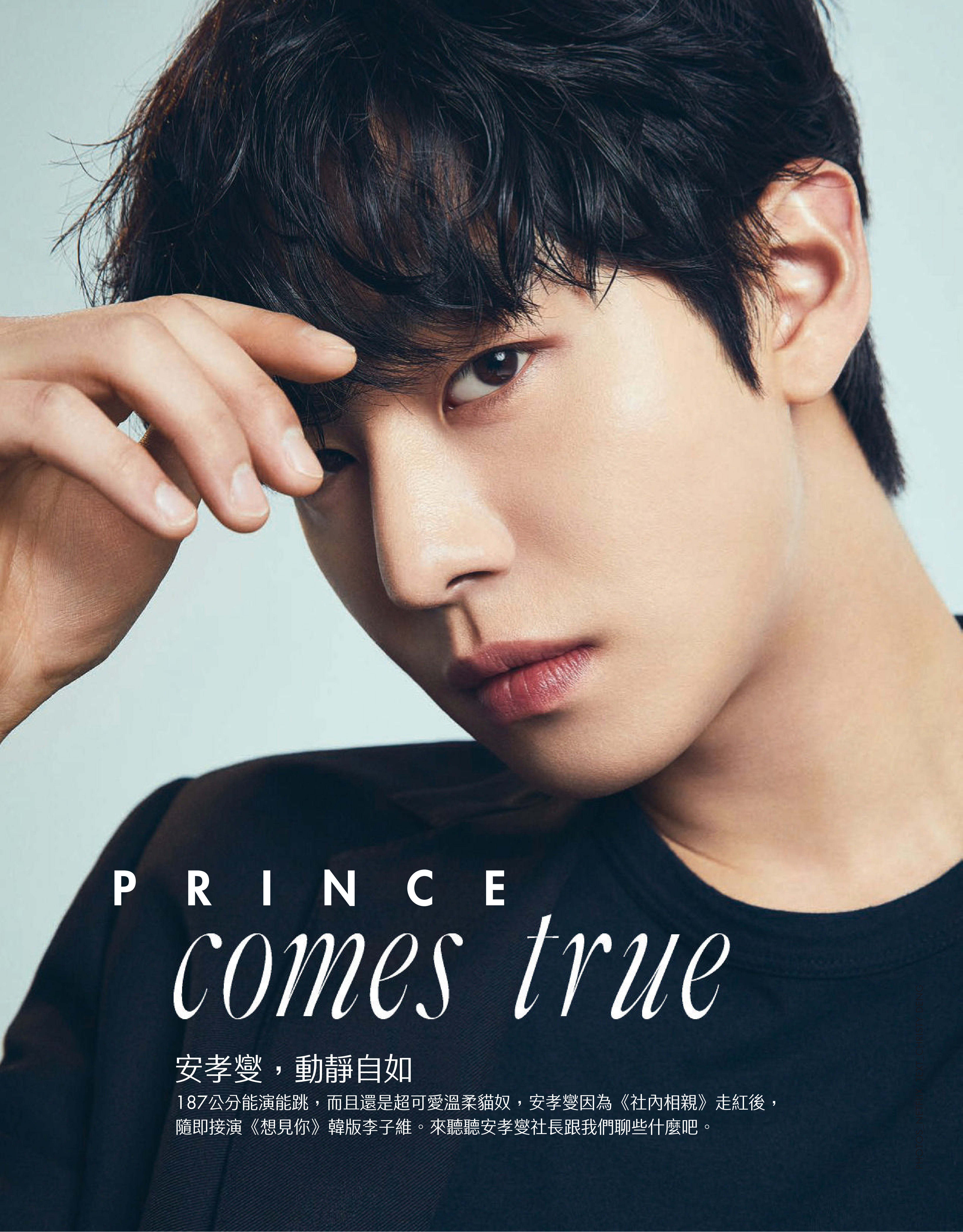
植物萃取調理髮肌　不悶不癢豐盈年輕　百大頂尖設計師一致推薦

對愛美女性來說，夏天最難保養的不是臉部肌膚，而是一冒點汗就超黏膩悶熱的頭頂！就算是逆天童顏、膚況絕佳的美女，倘若頭髮悶熱扁塌、再加上髮肌濕癢導致加速落髮，髮量變稀疏…整個人顏值也會嚴重扣分，顯老又超沒精神。因此Flux、Eros、斐瑟等知名指標美髮沙龍的逾百位頂尖髮型設計師，近年來極力推薦給顧客的髮肌養護之道，正是這款從「養好健康年輕髮肌」做起的專業髮肌養護神作--HAIR RITUEL by Sisley「賦活重升髮精華」，讓萃取自天然植物的活性髮根強韌再生複方，為一年四季直接面對外在天氣與環境汙染源的髮肌，注入必需維生素、礦物質與強大舒緩能量、淨化防護力，及滿滿抗老生命力，使孕育髮絲的這片頭頂肌膚土壤變健康，生長出的髮絲變得強韌有彈性、豐盈有活力，髮型自然能不扁塌稀疏、不癢不悶，呈現從頭年輕、視覺減齡之美！洗髮後直接按摩髮肌(乾髮或濕髮用皆可)，0黏膩感超好吸收的「賦活重升髮精華」，完全無藥性，豐盈強韌頭髮的效果卻極為出色，長期天天使用也安心。盛夏來臨之前，無論你想變換什麼新髮型，不悶不癢不扁塌的髮肌保養基本功務必要打好，現在開始「賦活重升髮精華」吧，從第一天起，你就能感受到髮肌變年輕健康、頭頂豐盈起來，連臉蛋也跟著緊緻的滿滿驚喜。


NTT2022
SUMMER
夏日FUN時光
TIME
臺中國家歌劇院
National Taichung Theater
愛在年老色衰前 2.0
Before Outdated
上了台，只能相信
走下舞台，
我本人的人生在哪裡？
到底！？
2022
7.8 五 19:30
7.9 六 14:30
7.10 日 14:30
臺中國家歌劇院 中劇院
300/500/800/1000
·全長約70分鐘，無中場休息 ·建議15歲以上觀眾觀賞
狂飆狂愛
單身女子的真實內心世界
百變女王／王安琪
劇場鬼才／簡莉穎 激賞劇團／四把椅子 出品單位／大慕可可
購票請洽
OPENTIX
© 秦大悲



PHOTO_NETFLIX



PRINCE
comes true

安孝燮，動靜自如

187公分能演能跳，而且還是超可愛溫柔貓奴，安孝燮因為《社內相親》走紅後，隨即接演《想見你》韓版李子維。來聽聽安孝燮社長跟我們聊些什麼吧。





為明星夢遠從加拿大回韓國

因為《社內相親》而紅遍亞洲的安孝燮，霸道總裁的角色在劇中十項全能，還說得一口道地英文，讓粉絲看到很不一樣的一面。

安孝燮流利爽颯的英文其來有自，出生於韓國首爾，7歲時跟家人移民到加拿大多倫多，從小就是學霸的他受到父母啟發，曾經一心想成為外交官。不過安孝燮的藝術細胞早在他的心裡蠢蠢欲動，即便身在國外，仍然愛看韓劇打發時間，也因為如此，他決定在高中畢業後回到韓國，展開他的演藝生涯。選定演藝圈這條軌道後，安孝燮成為偶像練習生，3年的練習生生涯，他苦練跳舞、歌唱、鋼琴等等才藝，最終卻因為187的身高讓他無法拿到加入偶像團體GOT7的門票，安孝燮曾經分享過，當時對自己的身高非常自卑，努力地想在人群中隱藏自己。

凡事用盡全力就能被看見

沉寂多時，安孝燮的獨特氣質開始被許多人關注，陸續有戲劇邀約，他的第一部戲是網路劇《撲通撲通LOVE》，為了角色需求，他每天花一個半小時練習騎馬、3個小時練習武術，就這樣長達3個月的時間。2018年在《雖然30但仍17》中飾演運動員高中生柳燦，清新又爽朗的形象讓他圈粉無數，獲得SBS演技大賞新人獎。

在角色與自我之間轉換自如的安孝燮，每演一部戲就像是換了一張臉，所以粉絲幫他取了一個「劇抛臉」的稱號。今年安孝燮出演的《社內相親》更在台、韓造成一陣轟動，雖然是霸道總裁與小職員的愛情老梗，但安孝燮卻賦予姜泰武這個角色無可抵擋的魅力，從高冷的霸道總裁，到愛上女主角的犬系男友，就是這樣的反差成功擄獲少女們的心吧！拍完《社內相親》後，安孝燮並沒有休息，他最近在正馬不停蹄地拍攝翻拍自台灣《想見你》的韓劇《走進你的時間裡》，期待他對李子維這個角色的詮釋。

PHOTO_NETFLIX TEXT_CHRISTY DENG



私下的他是個超宅貓奴

擁有偶像光環的安孝燮私下其實是個性溫柔的宅男，比起外出更喜歡待在家中，他還曾分享自己最高的紀錄是4天不出門。此外，安孝燮更是眾所皆知的貓奴，他的貓咪Paul就是用自己的基督教受洗名為靈感。因為Paul是一隻膽小又黏人的貓咪，所以即便工作再怎麼繁忙，也會花很多時間陪伴Paul，越了解安孝燮，就會更愛上他的認真與溫暖，一起來看他私下對粉絲的告白吧！

Q：《社內相親》結束後立刻進行下部作品的拍攝，完全沒休息嗎？

安孝燮：因為已經簽約了，必須拍才行。

Q：身高特別高有帶來什麼煩惱嗎？

安孝燮：劇中姜泰武幾乎都穿著西裝，但因為我的身高特別高，所以戲中幾乎95%的西裝都是特別訂製的。

Q：在演出的角色中，哪個角色最像自己？

安孝燮：每次飾演一個角色時，我多少也會受到角色影響而像這個角色，像是連語氣我都會不自覺得跟著有變化，所以很難選到底哪個角色最像真實的自己

Q：《社內相親》中，最喜歡姜泰武的哪一套衣服？

安孝燮：我剛開始看到泰武的形象覺得都會是黑色的衣服，隨著劇情發展色系會變得更明亮。有一場戲是泰武在餐廳跟夏莉告白，為她演奏鋼琴，泰武穿了白色的衣服，那是我印象最深刻的。

Q：在《社內相親》中，你為夏莉彈奏哪一首曲子？

安孝燮：〈在你身上流動的河〉，我會記得這首歌，是因為導演在戲前問我會彈奏什麼歌？是我自己選了這首曲子的。

Q：平常休息時會做什麼呢？

安孝燮：跟我的貓Paul一起休息，她是我的最愛，Paul也是我的英文名字，我原本以為paul是公的，沒想到後來才知道是母的，看樣子當初把這隻貓給我的老婆婆搞錯了。

Q：對你而言粉絲是？

安孝燮：是真正的愛，是真的，因為大家給我太多的愛，讓我想要努力報答給大家！■




MOROC
MOROCCANOIL
MOROCCANOIL
LIGHT
MOROCCANOIL
風靡全球油類護理的領導先驅



前往官方網站 Moroccanoil.com了解更多資訊

台北
新光三越信義 A11 / 2F
遠百信義 A13 / 3F
統一時代百貨 1F
微風松高 1F
誠品南西店 1F
新光三越南西一館 2F
新光三越天母一館 1F

新竹
竹北遠百 2F

台中
新光三越中港店 4F

台南
新光三越西門店 2F

高雄
漢神巨蛋店 5F

Another Me Universe



曾之喬的「不乖」宇宙

把「努力」奉為人生信念的曾之喬，這一年突然解鎖另一個自己。她開始減少工作量，打電動耍廢放空，甚至還會邊走路邊罵髒話……彷彿遇見來自平行時空、不乖版本的曾之喬。她感到內心有個混亂多重宇宙逐漸成形，有點陌生有些新奇有時上癮。

PHOTOS_TROY WANG STYLING_KATE CHEN HAIR_AMBER AT 80S STUDIO 場地提供_伊日藝術計劃 YIRI ARTS
MAKE UP_WEN LEE STYLING ASSISTANT_TZE YING NG TEXT_DOMINIQUE CHIANG



風衣（ACT N1）；背心（MIU MIU）；
內搭短褲、牛仔褲、長靴（ALL BY BALENCIAGA）；
Winston™ Cluster系列鑽石耳環、水滴型切工鑽石戒指（BOTH BY HARRY WINSTON）。



背心（GUCCI）；內搭背心（MIU MIU）；
內搭短褲、牛仔褲、長靴（ALL BY BALENCIAGA）。



上衣、裙子（BOTH BY GUCCI）；Winston™ Cluster系列鑽石耳環（HARRY WINSTON）。



連身裙（GUCCI）；
Sunflower系列鑽石戒指、Sunflower系列藍寶石鑽石戒指、
Sunflower系列藍寶石鑽石耳環、
Premier系列Sunflower 36毫米藍色款自動腕錶
（ALL BY HARRY WINSTON）。

一切混亂的源頭要從電影《售命》談起。我在片中飾演愛子心切的單親媽媽，也是一個酒店小姐。女明星想要尋求演技突破，好像不免俗都要挑戰酒家女。但是先聲明，《售命》早在《華燈初上》推出前就已經於2021上半年殺青，受到疫情影響才延宕到今年四月上映，意外趕上酒店小姐熱潮，純屬巧合。

為了貼近酒家女的人設，從來菸酒不碰的我，開始練習抽菸喝酒，讓自己全然地融入角色裡。但電影並沒有刻意彰顯酒家女的職業，而是強調一個年輕的母親，為了保護最重要的兒子，義無反顧往火裡衝的個性。感覺她有點逞強，為了證明就算沒有老公，自己也可以一個人養小孩，賭一口氣的逞強。

整部電影最大的突破，對我來說，是即興表演。以前的我，很害怕即興演出。每當導演說：「我們現在不要照劇本演⋯⋯」，我都會覺得很恐慌，那是要按照什麼？或是聽到導演表示：「這個很好，我們再來一個不一樣的。」我就會有點ㄎㄧㄤ掉，如果這個很好，那不一樣的是什麼？然後我就會不小心複製那個好的。我很不擅長，不按照劇本的演出。但拍這部戲拍到一半，我突然覺得開竅了！不但可以接受即興表演，而且一點都不害怕，彷彿多年來終於打開了即興表演魂。甚至有一種解放感，有某、些、東、西好像被打通了。然後一直持續到演完《無神之地不下雨》之後，更加覺得整個表演狀態，有真正（放）鬆掉的感覺。走出安全範圍，不再自我設限地去表演。

處於身心分離的混亂感

只是沒想到，混亂的狀態也被打開了。因為這個角色，陳瑜真，我變得跟她一樣很愛罵髒話（笑）！其實我最怕別人形容我兩件事，第一是「乖」，第二是「甜美」。因為爸媽是老師的關係，我不小心就會變得很乖。只要一個口令、一個動作，我就會成為執行命令的人。即使是舉一反三，我也一定會停留在下指令的人所給予的框架裡，我不會跳出去。

乖就像一道咒語，一個關鍵字，只要聽到有人對我說：「你太乖，或是不要演得那麼乖⋯⋯」我的背脊都在冒冷汗。但是當性格強烈的曾之喬，與直率潑辣的陳瑜真意外交會，她的「不乖」生活方式，滿口髒話作息日夜顛倒人生一片混亂，不夠聰明卻又勇往直前，竟然意外打開了一個我沒見過的自己。

這一年多來，我都處在混亂期。我不太確定自己想要什麼，也不太確定自己不要什麼。外在的我和內在的我，距離好像有點遠，有一種身心分離、莫名的困惑和無力感。因此拍完《無神之地不下雨》之後，我暫停接戲，也捨掉一些代言和活動的機會，把工作量降到40%。給自己很多獨處日，不想要見任何人。

在平行宇宙遇見另一個自己

從小學被培訓為網球選手、到14歲踏進演藝圈，我一直很有目標地朝向想要的人生邁進。俗話說，「吃得苦中苦，方為人上人。」我一直努力地活在大眾期望的標準裡。甚至曾經以為，我比別人偷到更多時間。辛苦打拼對我而言，不過是從小習慣的家常便飯，所以每當有人說：「小學過暑假在家裡吃零食胖了五公斤、大學生活好白癡、都在耍廢⋯⋯」我完全沒有這些回憶，而且我會把這些行為歸類在沒有用的事情裡。無憂無慮的童年，請問那是什麼感覺？好陌生。

有一陣子不是很流行蛋黃哥嘛！他總是一副隨時癱軟的模樣，表情寫著：不～想～上～班～。那時候我好困惑，為什麼這麼多人有感？他到底在紅什麼？在我的認知裡，有哪個工作不辛苦？每份工作都得來不易啊！因此入行20年，我很少很少很少說出不想工作這種話，更從不抱怨⋯⋯強烈的上進心和責任感，固若磐石地深植在我的潛意識裡，堅固到我都沒有發現，是不是過度？

直到陳瑜真推了我一把，進入一片混沌。這份感覺好新奇，感覺好像吸了純氧，突然醒了過來，重新開機的曾之喬接管了以往過度努力的曾之喬。她會軟爛放空地躺在沙發上追劇、打遊戲，還經常



外套（VERSACE）；背心（MIU MIU）；
內搭短褲、牛仔褲、長靴（ALL BY BALENCIAGA）。



高級珠寶系列Serpent Bohème項鍊、
高級珠寶系列Ajourée Serpent腕錶、
高級珠寶系列Pompon流蘇項鍊
（ALL BY BOUCHERON）。

連身裙（GUCCI）。



把遙控器和手機搞丟，偶而沉浸在邊走路邊罵髒話的自言自語裡，什麼都不想做、什麼都不想管。

如果平行時空真的存在，我很好奇沒有責任感和好勝心，活得無憂無慮版本的曾之喬，她會是什麼樣子？這一年多來，我就是在探索體驗這個玩樂版本的自己。我相信每個人的身體裡，都有很多個不同版本的自己，調皮的、脆弱的、安靜的。所以有機會的話，我們應該要花時間去認識不同的自己，去尋找她們、了解她們。有一個可能才5歲，她被媽媽罵了，一直在那邊哭；有一個是14歲，她剛剛結束一場失敗的試鏡，陷在懊惱的情緒裡⋯⋯。對我來說，這就是我的多重宇宙。

無用的留白，對人生很重要

去年我自己一個人環島十天，第一站訂了一間靠海的民宿。抵達之後嚇到，沒想到真的就在海邊，步行十步路就到海灘。才發現，原來大海這麼療癒。當你什麼都不想地只是看著翻騰的海浪，望著遠方的天空，每3分鐘、每5分鐘一直不停地變化，心頭就會自然而然湧出各種滋味。就連下雨的時候、夕陽落日的時候，天地之間都有不同的聲音。哇，剎那間不禁讚嘆，原來天空這麼偉大。我只是坐在那裡，沒有要畫畫拍照或幹嘛，就能目睹大自然奇蹟的樣貌！

為什麼以前從來沒有發現？因為你要夠閒、夠無聊，才有心思和餘裕去感受當下的美麗。這個留白時光對我的人生，真的是太重要了！為什麼到現在，才開始練習所謂的「無用」的事情。

那十天的環島旅行，我沒有訂定太多計畫，隨心所欲想去哪就去哪，豐盛感卻無敵爆表、超級爆表（笑）！記得很久以前，我其實也體會過這種感覺啊，怎麼都忘記了？19歲經歷憂鬱症低潮，我曾經去上過許多心靈成長課程，也在講述輕易豐盛的概念，大意源自心理學，只要你純然地用心投入當下，不需要過度努力，就能輕鬆得到豐盛的結果。

雖然環島假期結束後，面對工作的乏味無力感。並沒有全然地消失。但是我也欣然接受，畢竟我從14歲就開始努力工作，如果現在不想花這麼多時間在工作上，應該也很合理吧！這也不等於，我不喜歡我的工作。我還是很熱愛表演，我把演藝工作當成藝術家創作。

擁有太多選擇，不見得比較快樂

休息是為了走更長遠的路，我其實不喜歡這句話。休息就是休息，本來就是一件很健康的事情。如果連休息都變得很有目的性，都充滿算計，要變得更好獲得更多什麼的，這樣的出發點本身就有問題。因為，什麼才是更好？賺更多錢、變得更成功，就會更好嗎？

我在環島的時候，途中去了台南，更愛上台南。台南真的是太棒了，棒到以後只要有外國朋友說要來台灣，我絕對會推薦一定要去台南（笑）！但是在台南的時候，我卻發現有一種很不舒服的感覺。因為想要做的事情太多了！我希望兩點去吃這個、五點吃那個、七點去這裡、八點去那裡⋯⋯突然變得很貪心，很怕錯過什麼，因為有太多太棒的選擇，所以你突然也變得複雜了起來，甚麼都不想錯過，自己把自己限制住了，然後那份很簡單的開心感也跟著不見了。換句話說，當人擁有很多選擇的時候，不見得會比較快樂。

這兩年疫情期間，不是常常聽到人家說，期待疫情結束後可以做什麼⋯⋯我完全沒有這種念頭。一來是我覺得，你現在想做什麼，那就好好去做！就算疫情限制了你不能出門、不能出國，但凡事都有好有壞，在被限制的另外一面，有什麼是你可以調整，可以去把握實現的？或許這就是老天爺要你此時此刻去感受的。再來，就算疫情結束，大家的經濟狀況、整個世界的狀況，都已經被改變了，我們不會再恢復到從前的生活方式。如果你可以體會到在這樣的限制之下，當下得到什麼就是什麼。可以好好活在當下，就是一種幸福，不是很棒嗎！

停下忙碌的工作腳步，好好地去感受內心的萎靡與混亂，不要急著Push自己要趕快變好。允許自己，也會有負能量低頻的狀態。我想，這也是老天爺此時此刻送給我的禮物。■

左頁：上衣、裙子（BOTH BY GUCCI）；Diamond Links 系列鑽石耳環、Symbols系列十字花式切工鑽石項鍊、Carpet鑽石戒指、River 鑽石戒指、Traffic鑽石戒指、Diamond Links頂級珠寶腕錶 （ALL BY HARRY WINSTON）。



18K金錶盤，24小時旋轉的晝/夜顯示位於錶盤上方，自動上鏈機芯，備有編號及寶璣簽名，搭配皮錶帶與26顆圓形鑽石雙折疊錶扣。NT.3,997,000

EXTREMELY *Luxurious* ARTWORK

為女士而生的寶璣那不勒斯腕錶

世界最古老的鐘錶品牌—寶璣，將溫潤柔和的鵝蛋型錶盤當作畫布，打造出具有傳奇色彩的絕美藝術品，同時也是為女士而生的優雅時計，一展腕錶與珠寶的極致奢華，也為生活點綴上詩情畫意與珍貴心意。

「所有的經典都出自寶璣大師之手」，在現今百花齊放的腕錶界，1775年創立的寶璣仍然是藏家心中所有經典的源頭，被視作是世界上最古老的鐘錶品牌之一，寶璣最受世人讚揚的，非其驚人的創造力與獨創性莫屬，一手打造出如陀飛輪、寶璣式游絲等傳奇發明的寶璣大師，也曾為拿破崙的妹妹一那不勒斯王后卡洛琳·繆拉設計過一款手鐲型腕錶，現則成為了那不勒斯Reine de Naples系列的原型，標誌性的鵝蛋型錶框，既完美地表現了女性的精緻優雅，也具有無可取代的獨特性，此後的每一款腕錶皆用更圓潤的線條、柔和的璀璨，來彰顯女性之美。

日月星辰靜默旋轉的迷人優雅

完美襯托女性的柔美與璀璨，珠寶、腕錶始終是最優先選擇，而集結了腕錶界超越百年的製錶歷史工藝、將屬於皇室的細膩與奢華，以及人人驚嘆的卓越珠寶技藝融入了品牌基因，讓每件寶璣腕錶都成為值得流傳百年的精湛藝術品。那不勒斯皇后日月星辰腕錶便是一款「詩意十足」的腕錶，佔據了錶盤上半的日夜顯示窗，將日月星辰裝進精細的錶盤中，隨著時間流逝、畫面轉動，每一次將目光投向腕間錶款，都將為其美貌所折服。Reine de Naples 8918仕女鑽錶為寶璣首款配備「大明火」琺瑯錶盤的錶款。完美無瑕的錶盤，外緣鑲嵌117顆鑽石，讓錶款在任何角度皆顯得流光溢彩，別具一格的寶璣阿拉伯數字則是此款腕錶最具辨識度的元素；擁有獨特色澤的大溪地珍珠母貝面盤，使得那不勒斯皇后Reine De Naples 8908被染上了一抹神秘的色彩，有時像是波光粼粼的湖面、有時像乘載了宇宙的炫目，再搭配月相盈虧則於12時方向低調探出，處處細節皆彰顯了錶款的華麗奢美，因而被譽為錶壇最美的一款驚世之作。

傳奇性的鐘錶品牌一寶璣，創造出歷久彌新的經典女錶
將優雅與剛柔並濟蘊藏於每一支那不勒斯腕錶中
代表了女性的堅毅與柔美，若一生只能擁有一款腕錶
那將毫無疑問是那不勒斯皇后系列





（由左至右）
帶有精細錢幣紋的18K白金錶殼，搭載寶璣自動上鍊537/3型機芯，動力儲存達45小時。錶冠的4時位置鑲嵌一顆水滴形切割鑽石。NT.1,206,000。
以18K玫瑰金鑄造，錶圈及面盤內緣鑲有128顆圓鑽，搭載537 DRL2自動上　機芯，擒縱系統及擺輪游絲採用矽材質打造，提升精準度與耐用性。NT.1,163,000。



DROP THE

本頁：
丹寧外套、藍黃條紋Polo衫、
黃色Polo衫、丹寧長褲、
卡其寬腰帶
（ALL BY POLO RALPH LAUREN）。

右頁：海軍藍小熊刺繡鴨舌帽
（POLO RALPH LAUREN）。



范少勳，
從男孩到男人的演員之路

曾以《下半場》奪得金馬獎「最佳新演員」，今年憑藉《不想一個人》入圍台北電影獎「最佳男主角」，這位淘氣的大男孩向來不隨波逐流，清楚知曉每階段的目標為何而做。他擁有一顆自由的心，抱持開放態度，滿心期待迎來嶄新的自己。

BOY



白色Polo衫、粉白條紋Polo衫、
橘色針織毛衣、刺繡印花領帶、
條紋鬆緊西裝褲
（ALL BY POLO RALPH LAUREN）。

或許是剛結束上半年馬不停蹄的拍戲工作緣故，相比進劇組時期，這回范少勳的狀態看起來放鬆許多，時而講冷笑話，時而沉著冷靜，毫無保留地將最真實的感受分享出來。入圍即是肯定跟鼓勵，能夠和陳以文、張孝全等喜歡的前輩一同角逐獎項，他坦言深感榮幸，最終有無交出優等的成績單都無所謂，重要的是與范揚仲導演達成小目標，彼此喜悅溢於言表。

尋求突破的路上，范少勳堅持初心，不疾不徐地將詮釋過的角色內化成下戲後的自己，他形容那是探索的過程，也意味著長大。透過不同角色故事，逐漸打開各處感官能力，開始懂得融會貫通，每段歷程儼然已和自身生活產生強大連結。

跟著角色成長

不畏眾人目光，范少勳化身揹花少年，玩滑板玩得不亦樂乎，猶如青春洋溢的大學生不受拘束。回溯至學生時期，他害羞地表示以前並非大家心中的好學生典範，甚至有過叛逆歲月。「國小到國中前半段一直在練球，還當過隊長，在學校不用穿制服，我覺得自己很帥。」說出球隊生活的豐功偉業後，他傻笑，「國中下半段，因為轉學認識很多不一樣的朋友，不喜歡上課、會胡搞瞎搞，還跟別人一起跳八家將。」

玩世不恭的人生轉捩點，是發生在外公過世。「那是我第一次經歷生離死別，衝擊蠻大的。小時候對一個人的過世沒有太多理解，大家看起來很難過，我好像感覺到有東西消失了。」生命的脆弱，使得他頓悟到自己多渺小，於是逐步走向社會化，好好念書、聽媽媽的話，「這社會化的過程沒有讓我改變什麼，而是更知道自己應該去追求喜歡的跟想付出的事情。」

「因為經歷過不同的角色而漸漸地長大。」至於蛻變成男人的定義是什麼？「我覺得要很有品味，涉略跟領悟很多，知識豐富且對生活有獨到的見解，當他正在做感興趣的事情，能夠很有魅力跟有吸引力的去分享，像在發光一樣。」我反問范少勳，認為自己達到那境界了嗎？他搖頭：「我對我的生活有感受，但是不一定有見解，我還在摸索。」如何茁壯並更加穩重，是他仍在努力的課題。

填不滿的好奇心

工作行程不停歇，上半年接續拍攝《模仿犯》、《因為你如此耀眼》等作品，原本殺青後好不容易可以喘口氣，事實上他根本閒不下來，近期著迷的興趣是開船。「我要去考動力小船的證照！」他野心勃勃地說著。為什麼想做？「我很喜歡大海，在海上行駛的感覺好自由，我可以隨心所欲。上課過程很有趣，老師會一直提醒我們，這裡不像路面有紅綠燈或路標，所以永遠要有一個目標，知道自己現在的位置跟坐標，還有跟陸地保持多少距離。」

深刻感觸促使他運用不同角度檢視生活，並把海上的所見所聞投射到人生，不管處於任何年齡階段，抑或對未來目標明確與否，我們必須對自己負責，而不是虛度光陰。「現在就算生活步調慢下來，我還是會不安分，總想試著摸索、去做些不一樣的事。」充滿好奇心，從種植物到開船，他反思，為什麼在各個時間點會自發性開啟不同領域的全新挑戰，也許是本能的好奇心引導范少勳要適時的沉澱，以身體力行去除外界帶來的雜質。

他歸功於從小願意放手讓自己飛翔的媽媽，「她給我很大的選擇空間，我可以盡情去做喜歡的事情，這是幸福的成長過程。」不論是選擇還是表達都沒有對錯之分，從小到大我們卻容易擔心自己與他人不同，深怕辜負別人期待看到的答案，但范少勳相反，持續練習主導自己的人生，進而形塑出「喜歡就去嘗試」的人生觀。握有選擇權代表獲得真正的自由，自由則使人富有；無關乎財力，是心無旁鶩的跟隨內心聲音。與其說范少勳任性或貪心，不如說他勇於擺脫墨守成規的套路，在偌大的世界中恣意地展翅高飛。■

PHOTOS_HAZEL CHIU REALIZATION & STYLING_EDIE LAI MAKE UP_WINI CHEN HAIR_NICO AT ZIN HAIR STYLING
PHOTOGRAPHER ASSISTANT_VITA LIU, CHLOE CHEN STYLING ASSISTANT_JOY CHOU TEXT_ALLISON CHEN

海軍藍西裝外套、格紋西裝背心、拼接圓領條紋襯衫、條紋領帶、
白色短褲（ALL BY POLO RALPH LAUREN）。











「現在就算生活步調慢下來，我還是會不安分，
總想試著摸索、去做些不一樣的事。」

粉白條紋Polo衫、丹寧襯衫、白色針織毛衣、海軍藍刺繡長褲、
造型扣頭腰帶（ALL BY POLO RALPH LAUREN）。



Liuqiu Action

我在海街不度假

PHOTOS_YUNG HUA CHEN, SU HUAI, @THECOASTLANDER.LC, 社團法人台灣咾咕嶼協會，三隆宮 STYLING_MEG CHEN HAIR& MAKE UP_FANGYU LI TEXT & EDIT_PRAIRIE HSU



原來大海是需要被保護的嗎？

當人類對海洋的影響已經無法回頭，「共生共存」是我們能著力的目標。這次ELLE來到小琉球訪問4位發起不同行動的**護海人士**，他們住在臨海的小鎮，日日由海風喚醒、聽著海浪入眠，光是想像就令人感到無限舒爽的海街生活，

他們不度假，都在做些什麼？

讓你沒有藉口減少浪費

林佩瑜





如果說大海的湛藍可以包容萬物的釋放與人們的壓抑，那麼林佩瑜就像是彩虹的其他顏色，不願讓大海獨自承受一切，她用畫筆勾勒出人們與大自然共生共存的景狀。也許小島不復從前光景，不過因為有她，小島的新面貌指日可待。

林佩瑜是土生土長的小琉球人，當爸爸在遠洋漁船上討海捕魚，年幼的她一下課就會和一群鄰居小孩到海邊戲水。那時候，看到潮間帶生物或是海龜，就像是經過路邊的野貓，對她來說是稀鬆平常的事。

直到2012年，一場海龜調查改變林佩瑜看待這些生物的眼光。在友人的引薦下，林佩瑜成為東道主，接待這些來小琉球做調查的研究生及志工。夜裡，他們多次巡查島上每一個母龜產卵的海岸，觀察與監測之外，也排除阻礙海龜生產移動的漂流木和垃圾，只為確保每一隻小海龜可以順利孵化進入海洋。

「如果你在海邊游泳，跟海龜一樣來到水面上呼吸時，看到垃圾飄過來，你會有什麼感覺？」協助海龜調查後，林佩瑜體會到，儘管人類行為對環境造成的影響將永不歇止，但是我們也能做到對生態有幫助的事。

林佩瑜開始淨灘，她也進行海廢創作，岸上的碎玻璃是她的心頭好。破碎的玻璃瓶罐在海水中經過長時間的翻攪和砂礫的刷蝕，不僅磨去刺手的尖銳邊緣，還淘上一層霧面質感。霧化的表面讓上色變得容易，林佩瑜開始畫上海洋生物，像是海龜、海蛞蝓，這就是我們現在看到的「海灘貨幣」。

參考日本神奈川的做法，在小琉球只要參加淨灘活動，就能獲得海灘貨幣，大家可以到合作店家用海灘貨幣折抵消費。不過林佩瑜也提到，整個活動最重要的環節其實是淨灘前的環境教育，希望大家可以在島上友善旅行，在生活中落實環保觀念，因此他們也再推出了「咕咕幣環保餐具租借系統」。海灘貨幣還在今年與金融平台合作，發行50張NFT，販售的全額所得都回饋到環保團體，無法親自到島上淨灘的人，也能藉此為海洋付出。

林佩瑜

海灘貨幣、咕咕幣共同發起人，
深感人們的健忘，所以總是不斷地發想新的活動和
花招吸引大家關注海洋永續，現在也在小學教課。



白底彩色流蘇洋裝、Jemma粉水晶項鍊（BOTH BY CHLOÉ）。

ELLE：為什麼喜歡住在海邊？

林佩瑜：這裡隨時都能看到海，就算同樣都是在工作，也會因為看得到海而感到比較輕鬆。像是我家離海不遠，走路只要5分鐘，浪大一點的時候，在家也能聽見海浪的聲音。

ELLE：最近還想為大海做的事？

林佩瑜：有一個新的計畫我們大概想了三年，是一台寶特瓶回收車，目前已經解決技術跟流程的問題，預計會在今年六月推出。只要把寶特瓶投入回收車，就會回饋現金，直接儲值進一卡通。

從生態旅遊認識真實的海洋

許博翰



許博翰

同時管理琉夏萊旅店&餐酒館、探索拉美，
以及最新開幕的海島小飾。
看著後疫情時期的小琉球漸漸墾丁化，希望小琉球無論如何都不要失去人情味。



島上的朋友都知道，許博翰想做的事一直都很多，而他口中的理想也從來不是華而不實的空話。或許是因為在海邊長大，讓他染上如浪潮般豪爽奔放的氣息，無私地以出身南島的黏膩口音娓娓道來他的家鄉，這座人情之島，因凝聚而向心改善環境的故事。透明船艙中，每一格海水透過玻璃映照的光，都可能在遊客心中留下一方絢影，涵納大海的模樣。那天拍攝結束以後，許博翰隨即和我們匆匆告別，趕往港邊參加海洋志工隊的第387次水下清除活動。

家中經營小琉球大飯店，完成學業後回到島上繼承家業，好像是一件很順理成章的事。即便許博翰已接下飯店經營，也完成改建，學產品設計的他，心中還是懸著出外闖蕩的渴望。「我想知道，在小琉球做地方創生比較適合我，還是出去發展。觀音媽說兩個都可以，都很好。」就像其他的小琉球島民，凡事必問觀音媽，而他也選擇留在小琉球。

「我小時候在這邊長大，看到海裡的垃圾很多，我以為海本來就長那樣。」父母是小琉球海洋志工隊的創辦人，許博翰卻是到退伍後才第一次跟著出海下水清理垃圾。親眼看到海中生物脫離網繩的束縛，心中感到富足的同時，他也頓時體悟身處的旅遊業一定要找到與海洋保育共存的方式，因此才有了現在的探索拉美。

探索拉美的草創時期，許博翰就很清楚他們要朝生態旅遊的方向發展，盡量不造成環境負擔，要與生態共存。許博翰親自設計船艇的外型，他堅持在螺旋槳上安裝保護罩，降低航行中誤傷海龜的風險；半潛艇的玻璃船艙更是親近海洋的最低門檻，也被寄託著許博翰深深的期盼：「被看到才有價值，當我沒讓你看到海的畫面，你根本不知道海長怎樣。你要先有辦法去感受她、適應她，你才會喜歡上她。」

ELLE：為什麼喜歡住在海邊？

許博翰：這邊的步調很慢，你急也沒有用，因為很多事情沒有辦法馬上解決，所以你自己要試著找到辦法。之前在學產品設計的時候，就是需要把每一個環節都做過一遍。回來以後，我就發現這裡的生活模式是我有辦法應付的，我有時間去了解事情的所有環節，去探討怎麼處理，產生新的物件。

ELLE：最近還想為大海做的事？

許博翰：我想要把博物館帶到漁船上，想要讓大家走進漁船看看當地居民的歷史，因為這才是一個島嶼地方文化真實的體現。但是我沒辦法自己做，沒有足夠的時間跟能力，現在只能到處放話。（笑）

UE印染色彩T恤、UE深藍色多口袋百搭休閒短褲（BOTH BY THE NORTH FACE）。






















BK7508

不如做做公民科學家

洪聖雯

「像我們這樣生長在都市文化中的人，總是先看見海的圖畫，後看見海……」從小居住在台北市中心的洪聖雯，就像張愛玲筆下所寫，在教室裡受到啟蒙，她才開始追逐大海、徜徉知識。當所有未知一一揭曉，她果真見到自己多年的憧憬，卻決定回過身，守護當年那幅海的圖畫。

洪聖雯對海洋生物的好奇以及對海邊生活的嚮往，全都源於國中時到美國參加的一場夏令營，當時，最吸引她的莫過於一門名叫「海洋生物」的課程。她在課堂中初聞海洋世界的奧秘，從老師的分享認識潛水活動，這些陌生的事物，就像是在浪紋上走跳的粼粼波光，牽縈著少女的心念。她決定要成為一名海洋生物學家。

大學就讀動物系，去中研院的實驗室打工，也開始學潛水。在最狂熱的時期，在海裡的時間可能都比在陸上還要長。剛開始念研究所時，想要研究的是外型多變的海蛞蝓，卻因為難以飼養，無法進行觀察測量。在指導教授的提議下，才轉向研究氣候變遷對珊瑚的影響。

研究的其中一個環節，是用程式模擬海洋未來的狀況，洪聖雯對前景感到悲觀，她不得不思考自己的研究與生物的關係：「我們瞭解得越來越多，在野外牠們還是一直死掉。會不會等我做完研究，牠們就死光了？」她察覺到學術單位少有機會向外推廣珊瑚礁的保育，難以和一般民眾達到共識。她也不想因為研究，而必須屏除對生活週遭事物的關注。海洋生物學家的故事在這裡終斷了，但是洪聖雯為海洋做得越來越多。

這十多年，洪聖雯轉當Soho族，提倡貓狗節育，也與不同環境團體合作。像是參與台灣環境資訊協會的珊瑚礁體檢，或是在台灣咾咕嶼協會於小琉球舉辦的珊瑚礁生態調查員培訓擔任主要講師。洪聖雯相信，只有降低門檻，才能使公民科學普及。當人人都具備成為公民科學家的基本條件，在生活中履行環境友善便不再是難事。



JW ANDERSON亞麻混紡附腰帶翻領洋裝（UNIQLO）；
橘色絲質緞帶（LONGCHAMP）。





洪聖雯

現職生態檢核員，熟悉珊瑚礁分類與海下生態。最喜歡在水中什麼也不做，純然享受無重力的浮游，感受自己的呼吸與脈搏，是調節生活的重要時刻。

ELLE：為什麼喜歡住在海邊？

洪聖雯：我的生活其實很忙碌，但因為住在海邊，只要有時間，我就可以隨時到海邊游泳，或是帶狗狗去散步。一到海邊我就能馬上從繁忙的事務中抽離。

ELLE：最近還想為大海做的事？

洪聖雯：小琉球這邊的課程目前告一段落了，接下來我跟朋友在台東的富山護漁區有些計畫，會去描述一些海下的狀況，找尋適合的潛點。雖然現在的正職工作佔據我滿多時間，但是因為還是很喜歡海洋，所以有機會我還是會想做。

看見海洋的變化　陳禾張

單單是聽著陳禾張敘說他從海龜博士轉職成潛水教練的經歷，你就能感受到這個曬得黝黑的男人對海洋的情感是多麼地執拗、不容踐踏。他喜歡一個人去海邊發呆、喜歡自己的潛水店人不要太多。不過在我們造訪的那一天，小而美的潛水店裡不只是坐滿了小夥伴，還有9隻小貓或慵懶成泥、或磨蹭腳邊。微涼的海島上，我們在潛水店找到五月的暖陽。

陳禾張對海洋的依戀並不來自日久生情，於汐止出生的他，在大學畢業前和同學去了一趟澎湖，他才被收編成大海的子民。「我才發現原來海那麼遼闊，有很多事情可以去發現，那時候我就覺得，我就是要往海的方向去。」

碩士到博士，陳禾張進行的都是關於海龜的研究，他享受研究的過程，但不喜歡坐在研究室裡寫論文。他也觀察到有些人做研究並不是因為對生物的熱愛，只是出於功名利益，這樣的環境使他生厭。

陳禾張離得開學界，卻無法割捨浸泡在海水中的日子。博士畢業，他就開始潛水業的工作。起初在墾丁，後來待過東北角，也去過泰國跟帛琉，最後才在小琉球定下來，開了潛水店「蹼客基地」。他不捨地提到，「其實我喜歡的小琉球是十多年前的小琉球，那時候人不多，就覺得壓力沒有那麼大。」

除了島上越漸擁擠，天天下水的陳禾張也注意到水面下的變化。「我就會覺得今天的海怎麼看起來不太一樣，可能看起來比較髒，或是珊瑚好像有點少。」當他想要查詢關於當地環境觀察的資料時，卻發現不只是接觸資料的途徑受到限制，針對小琉球所做的研究本來就很稀少。始終礙於沒有具體資料可以比對說明自己的觀察和感受，陳禾張和夥伴阿吉開始帶著工具做水下調查。

採訪陳禾張的前一天，正好是第一屆珊瑚礁生態調查員培訓的結業式。延續前兩年的海洋公民科學家課程，今年加入實際的水下勘察與資料處理實作。2個月的培訓中，潛水員們不僅會對水下生物有更深的了解，學習到的觀測技能，也能在往後應用於水下調查，一起為當地的海洋生態留下刻不容緩的資料紀錄。

陳禾張
綽號老皮，經營蹼客基地潛水店，
不用帶潛水課的時候，他可能不下水，
也可能帶工具下水調查，
是珊瑚礁生態調查員培訓共同發起人。



ELLE：為什麼喜歡住在海邊？

陳禾張：離海很近。我也在墾丁生活過，雖然墾丁的海很遼闊，可是我到海邊要開半小時的車。在小琉球騎機車一下子就到海邊了，還可以一直更換不同潛點。

ELLE：最近還想為大海做的事？

陳禾張：我一直很想把這些觀念帶入在地學校，我想讓年輕一輩知道：「你們家鄉的海是怎麼變化的？」我覺得如果讓他們理解海洋為什麼會變成現在這樣，還有他們可以做什麼，或許可以從這一代開始慢慢地改變。

Keith Haring x H&M 斜紋襯衫式外套外套（H&M）；U 圓領短袖T恤、寬版工裝風長褲（BOTH BY UNIQLO）。







討海人的保育逆襲



在旅遊業開發以前，小琉球島民多以討海維生，
為求漁獲滿載、出海平安，
漁民對廟宇文化的信仰非常虔誠。
小小的島上就有將近一百多間的廟宇，
可以看到居民對信仰的需求之高，
也驗證大量的捕魚人口數。
在這樣的地方，他們在多年前就達成
禁止攜帶各類刺網具進出琉球各漁港的創舉，
不僅減少捕撈，
也降低網具纏繞珊瑚礁或阻礙綠蠵龜游行的風險。

海有什麼
小琉球

海龜點點名 Instagram：@turtlespotintw

起源於對海龜的好奇，認識到可以從外觀特徵辨識出每一隻海龜，
希望藉由募集海龜照片的方式，建立起台灣的海龜資料庫。
回報的方式很簡單，只要在Facebook社團上傳照片即可，
是非常基礎的公民科學！
今年也將會有網站全新上架！



海島居民 Instagram：@thecoastlander.lc

Joanna是住在小琉球的當地人，
平常最喜歡問爸爸關於小島的一切大事小事，
察覺島上居民對自身薄弱的文化認同，
決定用自己擅長的方式，紀錄島上的人文風景，
留下海水帶不走的記憶故事。



珊瑚觀察Coral Watch

是澳洲學者所發起的計畫，
藉由標準化珊瑚的顏色變化製作珊瑚健康色卡。
提供一種非常簡易的方式量化珊瑚健康，
是連小朋友也能參與的公民科學。
小琉球的當地小學也有帶入推廣教育，會帶學生到潮間帶做觀察。



小破洞

是一隻成熟母綠蠵龜。
2017年第一次被發現時，就被注意到背甲上缺了一塊的巨大傷口，
因此取名「小破洞」。
傷口漸漸復原以後，在2020年又被拍到
龜殼上多了不少被螺旋槳擊傷的痕跡，目前還在復原中。



小島停琉　◎：@lingerbookstore

全「球」唯一一間獨立書店，也是島上有史以來第一間！
店主是島人海洋文化工作室的蘇淮和芃芃，書店不只賣書，也分享關於海洋的新鮮事。
疫情期間暫停營業，不過還是可以在線上訂書也可以到店取書。



R36192

R36192是一隻遠從3,000公里外海來到小琉球覓食的海龜，
之所以追查得到牠到過的地方，是因為牠的左前肢被打上的這組標號，
也就是R36192。往返汪洋的行為不只令人感到驚奇振奮，也證明綠蠵龜的洄游習性。



迎王祭

對小琉球的居民來說，三年一科的迎王祭是比農曆春節
更重要的盛事，航行再遠的漁船都會在這一週回到島上共襄盛舉。
在陸上遶境之外，神轎還會在漁船上繞行小島一周，
這個請水儀式可是小琉球限定的呢！■

ONE OF A KIND

小樂 吳思賢



敢與眾不同

從靦腆的大男孩到面對事業全力以赴的成熟男子，小樂吳思賢以一貫認真的態度和滿滿的熱情，讓我們感受到他爽朗笑容背後、每一次的全力以赴。從戲劇到音樂，他不畫地自限，而是挑戰不同可能性，帶來讓人耳目一新的新創作、新風格，讓我們一起進入他不斷蛻變的精彩世界。



藍紫色立領抽繩上衣，NT9,680；
白色經典短袖TEE，NT2,450；
黑色丹寧短褲，NT6,980
（ALL BY ADV_LABEL）

SASH潮流多功能後背包，NT6,850
（PORTER INTERNATIONAL）

PHOTOS_HUNGYI HSIEH MAKEUP_ AGA CHEN(BACKSTAGE STUDIO) HAIR_PAULINE(FLUX) STYLING_IFAN WANG TEXT_YT TSAI

「有自信」是對於穿搭很重要的一塊，而不是一味的看現在流行什麼就搭配在自己身上。

讓熱情主宰人生

不論是當年那個熱愛跳舞的少年、青澀的棒棒堂男孩，以電視劇《料理高校生》裡傲嬌可愛的王邁致一角，入圍電視金鐘獎戲劇節目新進演員獎，還是《愛的3.14159》裡的暖男趙無限……小樂吳思賢的演藝生涯中，不只精湛的演技受到肯定，他的好歌喉更是感動了許多人，他也一步步憑藉著自己的努力，成為影歌雙棲的實力派藝人。從小熱愛音樂、熱愛跳舞，享受著每一個在舞台上發光發熱的瞬間，小樂將自己的熱情投注在演藝事業中，因為他知道，自己已經足夠幸運，能夠站上舞台，「我很喜歡表演這份工作，表演有很多層面跟領域，演戲也是、唱歌也是，只是形式不同，對我來說，只要能夠表演，我都是有這份熱情，也都會很開心。」

2022年，小樂開啟了歌曲馬拉松計畫，每個月推出一首單曲作品，「我覺得我現在成長到一個不同階段，自己其實也有一些地方還在摸索，所以今年這個計畫除了是給自己一個任務之外，也是讓我透過這個過程，可以好好的玩一下，也好好的摸索自己可能最適合什麼樣的風格。」這除了是玩音樂、嘗試不同音樂創作的可能性之外，更是現在的他，對生活感觸的延伸，「我的創作靈感都來自於我生活中的各種大小事，當然有的事情可能不是實際真的發生在我身上，是我聽到或看到的，但我覺得就是要用心生活，好好的去享受當下的每一個時刻，就會有很多收穫，其實這些就是我的靈感。」

時尚風格不設限

除了嘗試不同曲風之外，這次小樂的個人風格也有了很大的轉變，在三月推出全新單曲《職業倦怠Into U》時，他揮別了以往貴氣中帶點淘氣大男孩的風格，而是首度染了一頭淺金髮並嘗試平頭造型，讓人眼睛一亮。平時就對fashion很有興趣，也會關注時裝秀的小樂，在Instagram分享的私服穿搭也很精彩，他也特別分享：「我的穿衣風格是以自己覺得舒適自在最重要，因為我覺得自己喜歡，而且穿了舒適自在，才會有自信。」

從小樂在社群上分享的私服來看，他偏好美式休閒風格，而且擅常運用各種造型帽和包款等配件來點亮整體穿搭，這次他也特別以ADV_LABEL與PORTER兩套時髦的造型現身，其中一套以ADV_LABEL水藍色休閒上衣搭配深色短褲和PORTER後背包，是小樂口中「比較cute」的一套，同時也展現出他爽朗大男孩的氣質；另一套則是硬挺的ADV_LABEL駝色外套搭配同色系褲裝，並特別搭上PORTER搶眼的紅色包款，在成熟感大人系穿搭中，增添些許活潑元素。「平時在包包選擇的部分，我自己沒有很受限，因為我覺得功能性不同，可能有時候只是一個用來搭配、很帥的配件，但是像我也會用PORTER的包包，它對我來說就是都兼具，實用性也很高。」

即將邁入夏季的現在，小樂也期待多嘗試一些中性風格的穿搭，「我覺得今年蠻多版型比較短，但還是寬鬆oversize的設計，我覺得這種比較中性的版型，男生穿如果能駕馭的話，其實還蠻帥的。」在色系方面，小樂則認為亮色系依舊是夏季穿搭的主軸，像是橘色、螢光綠或黃色等等，而他自己更偏好藍綠色系，這也是非常適合夏季穿搭的風格單品。而聊到時尚Icon，他最欣賞的其中一位就是饒舌歌手A$AP Rocky，他除了具備鮮明的個人風格之外，更能透過色彩的搭配運用，展現出絕佳的穿搭品味。

體驗世界的無限可能

從演藝事業到穿搭觀點，小樂不讓自己侷限在一方天地當中，而是以開放性的心態擁抱各種不同可能性，他在屬於他的舞台上盡情表演、盡情感受生命與生活的美好。在歷經了將近三年疫情的影響之後，他更深深感受到心境上的變化，「我覺得這次的疫情，給我最重要的體悟，就是一定要好好把握時間、珍惜當下，好好去體驗這個世界，同時更要保持熱情、努力工作和生活。」相信在這段時間蓄積能量的小樂，將持續帶給他的Lovers更棒的作品和更多面向的他，且讓我們拭目以待。■



卡其色造型外套（ADV_LABEL 訂製款）

白色經典短袖TEE，NT2,450；
卡其色針織感長褲，NT8,980
（BOTH BY ADV_LABEL）

SASH三用風格肩背包，NT4,250
（PORTER INTERNATIONAL）



名人爭相追捧的Artiz Studio台灣店
神秘新場景即將華麗登場！

Precious Moments

翻開明星時尚廣告、婚紗照等都美到令人屏息，不經好奇時尚大片背後擁有怎樣的專業團隊，全球擁有45家門市的Artiz Studio韓國藝匠，更是跨國明星指定的御用團隊，想要有集結藝術、時尚和專業所拍出的夢幻作品，這間全球最具影響力的韓式婚紗攝影時尚品牌你一定要知道。

來自韓國頂級韓式婚紗攝影
成為明星御用愛店

Artiz Studio於2008年成立於韓國，致力於提供最獨一無二的藝術作品，實現新人心中夢想的婚紗照，由韓籍攝影搭配各領域享譽國際的佼佼者，集結成大師級的菁英團隊，直接提供一站式的商業廣告同等高端服務。不同於一般婚紗攝影，Artiz Studio以匠人的精神客製化每次的作品，從初步規劃、造型、拍攝到成品出爐，各領域分工細緻，與韓國兩大高端品牌GRACE KELLY 婚紗、TOP ZIO西服合作，國際零時差的婚嫁時尚，加上鉅資打造獨家的創意場景，即使同樣場景也會依照新人而有不同的視角，營造專屬的私密感及極具個人特色的照片，相簿亦以全手工製作搭配零誤差的印刷，如此打造出別緻優雅且純正的韓式婚紗風格，絕對能完美捕捉並留下你最美麗的時刻。除了婚紗拍攝之外，像是Artiz Studio台灣店也提供了高級禮服租借、西服訂製等相關服務，成為時尚名人商借禮服的首選。





擅長表現自然光線的攝影師，用與自然光融為一體的細節拍攝手法，展現出立體感十足的人物，大膽，完美，演繹與眾不同潮流的 ROMANCHIC。





Artiz Studio台灣店邁入五週年
全新場景驚喜發布

「我們不只是一個婚攝品牌，更是一個與國際時尚接軌、經營幸福時尚的品牌」Artiz Studio 韓國藝匠台灣店進駐後，一直以來都以這個創立初衷，持續服務每一位來到Studio的客人，有別於傳統產業的做法和定位，獨樹一幟地將藝術和奢華的婚紗攝影結合，成功奠定經典韓式婚紗攝影的領導地位。今年即將邁入五週年的Artiz Studio 韓國藝匠台灣店，也同步驚喜發布了新場景ROMANCHIC，概念來自於乾淨、自由、感性，簡單的露台演繹出春日的浪漫，日落後又有獨具魅力的都市夜景氛圍，空間結構透過自然光線，搭配上最擅長的乾淨魅力人物肖像，浪漫氛圍十足的時尚大片完美展現，為喜愛光線和自然清新風格的新人，獨家打造新的精緻體驗。Artiz Studio韓國藝匠未來也將發揮著匠人精神，用同感的心去紀錄每位客人，為他們留下最真摯純粹感情的瞬間，並持續提供溫暖且專業的頂級服務。

韓國藝匠 ARTIZ STUDIO | 02-27588979 | 台北市信義區信義路五段2號1F



Better than Survival

Phoebe Song，當永續成為內在力量

在澳洲發跡，紅遍美國、香港的獨立純淨保養品牌Snow Fox，今年回歸台灣紮根。對華裔創辦人Phoebe來說，這不僅是女性創業歷險記，更是走過靈魂暗夜，找回內在力量讓心靈永續成長的難忘旅程。

合身針織衫、合身針織邊條裝飾長褲、復古方頭高跟涼鞋（ALL BY BOSS）。

「30歲前後是我的轉捩點。我做出改變，身邊只剩下狗，和我的公司，這就是一切的起點。」Phoebe說起她曾大刀闊斧改變人生軌跡的故事。

她在澳洲出生，瑞士求學，大學畢業後進入香港金融界工作。28歲時，她過著高薪優渥的白領生活，有個穩定交往又登對的韓裔男友。男友對她很好，家人也很喜歡。下班後，她經營美妝部落格，每月流量百萬，很多人向她求推薦，根本是KOL界的先驅。

但，她很不快樂。

聽靈魂的話，出發

當時，她得了憂鬱症。看起來什麼都擁有，但內心好空，「連吃東西也沒味道。憂鬱症就像黑暗冰冷的影子黏著你，無論你怎麼做，它就在那不走，好像寒流來你站在外面，無論加多少件衣服還是冷。」諮商師問她：這些是你靈魂真心想要的？還是你的頭腦以為自己想要？她花了好長時間探索，才能誠實作答。

「30歲前我還很在意家人，也很在意要有好的社會地位。畢業那年正逢金融海嘯，大家很怕失去穩定工作，儘管分析師工作壓力大到我長了淋巴瘤，身體一直壞，但還是繼續承受。」

1



2



撐到不能再嘴硬，她挺身斬斷束縛。辭職，分手，跑去冰島旅行。當她獨自佇立在北國廣袤的荒野裡，「我好滿足，我懂了，這就是跟隨靈魂直覺的感受。」這場病讓她獲得情緒上的成長，她離開了別人口中「對」的版本，從此實踐自己版本的快樂。

誠實透明，敢做敢當

身心壓力讓當時的她爆發非常嚴重的酒糟性皮膚炎（Rosacea，又稱玫瑰斑），她絕望地嘗試各種保養品和療法。「我不會因為皮膚不好羞愧，也知道不可能一夜改善，我發現和玫瑰斑共存的方法就是好好控管它。」她決定和台灣一位女性化學專家聯手，自己研發過敏肌適用的保養品。二年後，31歲的她帶著Snow Fox三款產品在澳洲上市。

「我們不做任何動物實驗，直接用人類做實驗。」她笑說自己務實理性錢只想花在刀口上，「我自己有玫瑰斑，我才不管包裝多可愛，東西有效是首要目標。」靠著產品溫和有效的好口碑，Snow Fox一舉紅到美國、香港、日本，卡戴珊姊妹、葛妮絲派特洛、和琳賽蘿涵都是客戶。

比起砸錢請大明星代言，她更願意付錢請皮膚科醫師做國際醫療測試認證，所有產品都經過SGS微生物安全檢測。她拒絕誇大修圖和恐嚇性行銷，即使拍廣告也要落實性別與膚色平等。她以身為獨立美妝品牌為傲，「不會有出資者逼你去改供應鏈。」品牌的核心價值，一直是「誠實透明、敢做敢當」。

3

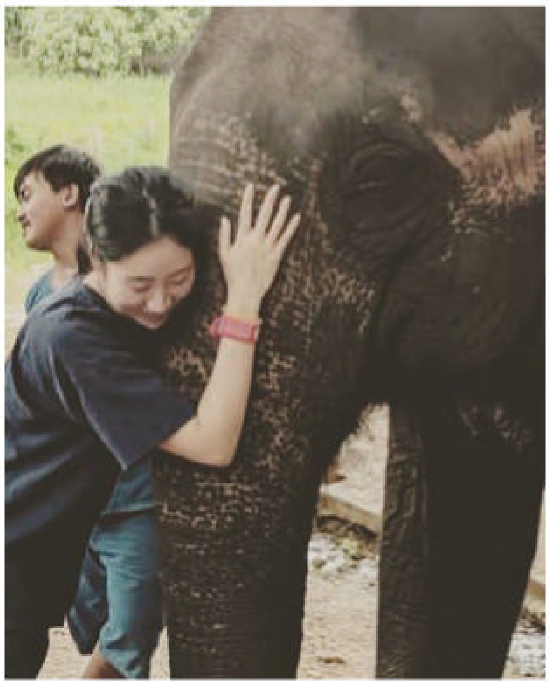


1.非拋棄式竹炭卸妝棉，8片/NT.480（SNOW FOX）。2.巴西礦泥＆岩蘭草潔顏洗髮沐浴磚，80g／NT.700（SNOW FOX）。3.SNOW FOX營養品。

PHOTOS_GEORGE CHAN STYLING_KWEN MAKE & HAIR_修 EDIT_YCY TEXT & INTERVIEW_ALICE LIN



Snow Fox曾推出限量野生有機營養品，幫助支持泰國清萊北邊的當地原住民。從森林地表收穫一個作物週期，農民就會重新種植並等待，以避免過度收穫森林，能豐富生物多樣性，有助於保護它免受害蟲侵害並增加其營養成分。圖為創辦人Phoebe探訪清萊。





永續，是一種道德選擇

Phoebe說自己從小就意識到人與自然的密切連結，澳洲學校很重視環境教育，畢竟島國有著極為脆弱的生態系統與景觀。臭氧層破洞也讓澳洲成為皮膚癌盛行率最高的地方，玫瑰斑患者也很常見。所以她期許自己的品牌，也為環保盡一份心力。

「如果真的支持永續，應該要做出行動，而不是只重視公關表演。大品牌製造量都是成千上億，我想他們都可以在採購這塊做得更好。美妝產業是全球消費性產業大宗，我們可以做出更道德的選擇。」

「Snow Fox盡力使用可回收材料，好比瓶身用可再製的PET1，而不選擇無法回收的壓克力。網購用的緩衝包材是玉米做的，貼紙也是玉米做的。我們的面膜是100%有機義大利棉，可自行生物分解，不含塑膠纖維，不漂白，因為對皮膚不好，製程又太耗水。我們要求工廠使用55%再生能源，使用天然、永續、符合倫理甚至支持在地社區的原料。」她當然知道成本會提高，「但我真的很在乎。」

由內生長的堅韌美麗

曾經，她是那種「如果男朋友不喜歡，我會覺得他是對的，是我自己做不好」的女孩。創業路上的腥風血雨，逼得她經歷各種內在情緒陰影，在砥礪試煉中浴火重生。

好比，品牌準備上市之際，合夥人竟趁她去生女兒時把公款全數盜走，公司差點倒閉。好比，起初別人根本不把她當一回事，年輕亞裔女性的身分在商界是弱勢中的弱勢，「很多人說想投資我，但要我每個禮拜跟他們吃中餐。」好比，被倚老賣老種族歧視的經營者威脅，對方還同樣是女人。

「我學到了捍衛自己的立場很重要，不代表你難相處。現在，要拿走我內心的平靜沒那麼容易。我覺得真正的成熟，是你必須了解，有時生命裡唯一能掌控的，只有你怎麼打磨自己。我後來明白，你必須符合靈魂的渴望，去創造自己的實相。」

當老闆、當兩個孩子的媽媽、當老婆，從來都不容易。母親節時，Phoebe在社群吐露小兒子有罕病，剛滿月就動了兩次大刀。即便每天都會長出新的恐懼，但她已然明白，對自己誠實，維持內心純淨，就是心靈永續的良方。她是這樣相信的，「要擁有真正的Self-Care跟Self-Respect，保養不只是表面的追求，它可以療癒內心，甚至是追逐主流價值迷思的解藥。」

ELLE：身為 Game Changer 不可或缺的心態是？
Phoebe：別管其他人說什麼，不然什麼都改變不了。一旦不去聽別人的聲音，反而會找到自信跟安全感。

ELLE：最近做出改變，想幫自己按讚的時刻？
Phoebe：工作狂如我最近比較懂得放鬆了，我會玩電動，或是帶孩子去宜蘭玩。

ELLE：你佩服的 Game Changer 指標人物？
Phoebe：偉大的科學家，像是特斯拉和圖靈。他們人生很悲劇，但直到死亡都還在為科學、為人類做出貢獻，這樣的精神非常珍貴，令我仰慕。

ELLE：希望跟「改變之神」許下什麼願望？
Phoebe：希望全球醫療進展能更均衡，尤其是貧困地區，今日不應該還有女人因為分娩，或有兒童因為缺乏基本衛生設施，像不乾淨的水、瘧疾等原因死亡，太讓人傷心了。

ELLE：用一句話展現你的 Game Changer 精神？
Phoebe：Know yourself，沒有人能比你自己更懂你。■



圓領白衫、
駝卡其長版西裝背心、
合版西裝長褲
（ALL BY BOSS）。



Beauty FOREVER 顛覆減重迷思 突破復胖瓶頸

悠美中醫團隊以純粹漢方結合埋線調理
由「根本」養成易瘦體質

現代人因生活作息忙碌且長期處於高壓狀態，對於實行減重計畫常常苦惱成效不彰，而坊間流行的諸多斷食法及減重對策，成效往往與個人體質、生活條件狀態、情緒壓力管控等等因素息息相關，而專精於「從根本養成易瘦體質」的悠美專業中醫團隊，以純粹漢方結合嶄新理學藥理，同時透過嫻熟的埋線針灸技術全方位的依照不同的年齡層、族群打造客製化專屬的減重對策。悠美中醫呂桓毅醫師特地與我們分享關於減重必知的重點觀念，以及指出中醫調理易瘦體質的關鍵特色要點。

不執著於體重機數字 中醫減重，在於調理改善體質

「中醫的特色，在於能細膩的把人分成不同的類型，打造最正確且適宜的用藥對策。」專精於更年期症候群、月經失調、異位性皮膚炎、體質調理專家的呂桓毅醫師調理過無數不同案例，在與我們聊到減重議題格外的心有所感，「舉例來說，氣虛型肥胖是因為平常工作久坐少動，代謝力下降所以造成肥胖；痰濕型肥胖，是因為平常生冷飲食吃得多，腸胃蠕動不佳導致身體容易水腫；而肝鬱型的肥胖，則是因為工作生活壓力大，且因睡眠品質不佳導致身體慢性發炎以致賀爾蒙紊亂。」呂桓毅強調，正因為每一人的體質及生活環境皆不相同，所以透過中醫調理體質，更能適切的打造客製化的專屬對策。此外因中藥為天然草本萃取，因此幾乎無副作用的優點完美的取代西藥易有藥物依賴性、停藥反彈的問題，也更適合東方人所選擇。「調理體質不僅是為了瘦身，療程的過程當中也同步改善腸胃機能，當身體的運作漸趨穩定流暢，自然的能改善諸多的病徵困擾。」

中藥調理輔以埋線針灸 不僅調理體質 更針對全身、局部肥胖達到良好輔助改善

根據國民健康署統計，國人肥胖率逐年攀升，高達近五成的45歲以上成人有過重肥胖的問題。呂桓毅醫師指出，中醫減重調理適合於任何體質，針對各類型的肥胖皆能透過中藥提升燃脂效率，「尤其是苦於無法突破減重瓶頸期的民眾，因涉及賀爾蒙失衡的問題，更需透過中藥來打破『體質慣性』進以突破。」他強調，以埋線針灸為例，幾乎無副作用、疼痛感輕微、術後能正常的活動、治療彈性等等優點，能針對女性最在乎的馬鞍部、蝴蝶袖、大腿內外側下針，加強局部燃脂效果。呂醫師分享道，「曾有一位40歲女性客戶，平常工作為靜態為主且水喝的少、無運動習慣，診斷具有梨型肥胖、水腫、便秘、代謝力下降、腸胃蠕動差等等情形，因此為她設計的減重計畫為『提升代謝力』為主軸，及加強下肢部位的埋線，能有效地改善水腫問題並提升臀腿的燃脂效率。」呂桓毅分析，除了透過中藥調理、埋線針灸加強輔助之外，同時叮囑該客戶平日盡量攝取能夠增強代謝的飲食內容，像是提升蛋白質比例、避免精緻澱粉、多攝取高纖蔬菜等等。「當飲食慣性走向正確的方向後，體重數字自然的也開始往下突破，此外，因埋線針灸的彈性度高，建議每週一次進行治療更能有感改善。」



中醫師傳授

減重不可不知的2大技巧

如何不必挨餓 還能越吃越瘦？

呂桓毅醫師分享指出，日常問診上會嚴格要求客戶避開會讓身體發炎食物，如不吃加工食品、精緻澱粉，並以原型食物為主，謹守澱粉一餐一小碗，蛋白質一餐超過一掌心的原則，還要吃大量高纖蔬菜，減輕身體的發炎狀態。「掌握這樣的飲食原則，不僅能提升身體新陳代謝率，更能不必挨餓、越吃越瘦。」此外，呂醫師強調，體重管理其實也等同於壓力管理，因為很多減重失敗的朋友其實是因減重方式太嚴格，所以一碰到停滯期就容易中途放棄，甚至加倍地暴飲暴食，導致復胖的惡性循環。「因此，悠美中醫特別設計了『作弊日』作為週間的緩衝。」呂醫師笑著指出，當有了作弊日，相對的平日就要更有紀律的執行新陳代謝飲食，當減重變得有彈性，自然能減輕心理壓力負擔，更能成功達標、拿回生活的掌控權。



悠美纖體中藥錠 以草本纖盈配方天然藥汁 透過GMP藥廠濃縮製成高單位纖體錠

國人對於「吃中藥」抱著諸多迷思，憂慮是否有重金屬殘留、摻入西藥配方、猛烈藥性的麻黃藥材等等隱憂，而強調採用純淨天然中藥來源的悠美中醫，專業醫療團隊依據不同客戶的體質條件開以客製化處方，打造專屬的減重調理對策，其中，纖體中藥錠為使用高成本所製成的純中藥濃縮錠，悠美中醫團隊特別將草本纖盈配方藥汁經由GMP藥廠濃縮製成，不僅成分純淨天然，更有好吞服、易吸收等優點，呂醫師表示，「中醫調理不單以消脂排油為重，依據客戶的體質、飲食習慣及生活作息進行全面性的考量，當調理好體質，再依個人狀況量身打造專屬減重處方，客戶自然能由內而外，呈現飽滿健康之態。」而針對國人常吃外食、便利商店食物草草果腹、習慣叫外送的習慣，悠美中醫同時研發推出「居家茶包」輔助客戶養成易瘦體質，由玫瑰花、陳皮、決明子、山楂、何首烏、黃 耆、荷葉、炙甘草等100%天然草本所製成的「減脂茶」，以及美國西洋、黃耆、枸杞、紅棗、刺五加、甘草、甜菊所打造的「消脂茶」，皆為悠美中醫師嚴謹把關所開立的中醫藥材處方，不傷胃不傷身，在忙碌的生活步調當中，也能優雅從容的調理健康易瘦體質，呂桓毅醫師同時提醒，若為懷孕、感冒狀態，請諮詢專業中醫師評估再行服用。

忠孝悠美中醫診所 | 預約專線：02-27017783 地址：台北市復興南路一段239號12樓



育兒本不易，無助的父母、受傷的孩子，需要我們關心與支持。
兒童保護推動35年，用愛包圍No More Sorry!

家扶專線 0800-07-8585

幫助孩子修復傷痛 家扶官網、LINE Pay、Yahoo公益、萊爾富Life-ET

衛部救字第1101364182號
勸募期間:111/1/1~111/12/31

用愛包圍



蕾絲鏤空罩衫式外套、
宮廷式領圍、高腰馬術軍褲
（ALL BY LOUIS VUITTON）。



壓摺裝飾斜片斗篷、高腰式七分長褲
（BOTH BY LOUIS VUITTON）。



Change From Today

温貞菱，

完成一件事的一百種可能

她不問遊戲規則，而是問規則誰訂的、怎麼訂？
溫貞菱喜歡挑戰、喜歡即刻為更好而改變，她是
這期的ELLE Game Changer。



蕾絲鏤空罩衫式外套、宮廷式領圍、高腰馬術軍褲
（ALL BY LOUIS VUITTON）。

「不是明天、不是後天，是今天」、「逃避可以逃一輩子，面對只要一下子」。

拍攝這天台北雨水點點滴滴，灰濛濛一片，不過採訪温貞菱，卻像是在登山後清晨一早看到乾乾淨淨的大景，空氣裡連塵埃都清楚。

一臉白淨的樣子，很難想像拍《斯卡羅》的時候，温貞菱之前還是兩個月整整助曬了31次的黝黑膚色，而且眼前這個溫柔的少女，竟然登山、衝浪、SUP、滑水、走繩，樣樣玩過。

她說她是人類圖的顯示生產者，看到事情就會立刻去做，絕對不躊躇，她形容自己：「我都是上午充滿電，下午就要消耗掉的（笑）」。我看到的，是温貞菱骨子裡流著野性的血液，征服高山的曲折、熬過工作拍戲的苦，就像她在訪談中跟我說的：「看到了更好的方法，為什麼不去試呢？」

一起熬過來

《斯卡羅》中的蝶妹，讓很多人看到温貞菱推高自己的底線了。她在劇中說好幾種語言，任何的台詞與情緒，都還要自然而然地以方言說出才行。

當時每天清晨四、五點起床，一路拍到天黑才收工，著實需要體力，因此温貞菱也特別固定跑步、健身，讓自己保持在最佳狀態。不過，因為拍戲時間長，下榻的地方隔音不好，温貞菱的免疫力變得很差，被蚊子叮以後，又變成蜂窩性組織炎，打了十幾針才好。連她自己都說：温在這齣劇裡，學到了『勇氣』，會看到工作人員要怎麼在最艱難的情況下，用自己的方式面對事情。」

後來，下一檔戲正好也有不少《斯卡羅》劇組工作人員，她們彼此都開玩笑說，沒什麼熬不過了，上一次都一起同甘共苦熬過來了。

用陡上取代鍛鍊

登山，也是温貞菱的鍛鍊方法。說到登山時，她是眨眨眼說：「我想爬南湖大山跟能高安東軍」。

她專挑難度高的，登嘉明湖她選擇走戒茂斯獵人路線，陡上都當體力訓練；之前也跟朋友登閂山跟靈鳴，最近一次則是跟朋友登加羅神社，但是是沒人開拓的新路、最野生沒被建構的那種，温貞菱說：「那次是跟嚮導朋友一起去開拓新路，結果超級無敵難爬，因為很少人走，所以幾乎全程都用滑的，最後只記得那時候非常餓，下山就立刻去大吃一波了。（笑）」

接受不一樣的可能

温貞菱對百物的包容與認知，很可能來自於小時候成長環境很多元。「我媽媽是菲律賓華僑，小時候媽媽是做翻譯，所以也會有移工借住我們家，印象中我從小跟他們住在一起。後來才發現，在我們的社會家庭下，他們不會被視為這個土地上的人。」

PHOTO_PUZZLE LEUNG TEXT_YCY STYLING_YU KWEN MAKE UP_BELLA HAIR_JUN

她繼續說：「但，他們其實跟我們一樣，是我的家人。我的世界讓我學習到，世界沒有高低貴賤之分，也沒有絕對好跟壞，讓我進而可以接受不一樣的可能性。」

那或許也是家族血液的大愛，温貞菱第一次回菲律賓探望家人時，有一點陌生，感覺見到面還怯生生地，但相處之後，很快就能熱切感受到他們的愛跟溫柔，甚至從一個阿姨身上學到很多，「有個阿姨在天主教堂當義工，那邊有很多外觀有明顯狀況的嬰兒，那些都是被拋棄或是沒有人要的小孩，每一年如果我們回去節日聖誕節跨年，阿姨就會帶小孩回家過節，孩子可能有兔唇、小兒麻痹、有畸形頭，但我阿姨是有大愛的，我覺得很感動。她會寧願走路一小時，省下交通費，把錢捐給天主教堂。」

做出改變

阿姨所做出的貢獻，是很大的改變，但對於温貞菱而言，每天日常的一件小事，抱持著想變得更好的心態也很重要，「或許我之前去俄羅斯唸書，大家覺得是很大的改變，但其實我們每天都在改變，如果你每天可以加一小件事，從喝水開始，你會覺得你做了很多的改變。」

「就像你如果每天下班都習慣看電視，當你看電視時，你沒有意識到你在看電視，其實比較像電視在看你。有意識做事很重要。」温貞菱說。

接下來，温貞菱下半年還有新片《她和她的她》，跟賈靜雯、許瑋甯、大霈一起演出，她在裡頭扮演一個端莊氣質的千金；另外《阮三個》剛播完，是温貞菱和楊貴媚媚姐、林柏宏、小帥，近乎20多天24小時朝夕相處後的實境節目。温貞菱的改變，我們正期待著！

ELLE：你第一次有過Game Changer的經驗是什麼？
温貞菱：小時候玩遊戲時，我都會想知道遊戲規則是誰定的，為什麼紅綠燈不能這樣玩、為什麼鬼抓人要這樣玩？我小時候自製很多遊戲，我會重新改編遊戲規則去玩，這跟生活很像，你沒有非得要怎麼樣完成。我們可以用各種方法去嘗試不同事情，生活中每一個好玩很重要，我會想完成這件事的不同可能。

ELLE：當你有害怕實踐的時候，會怎麼給自己鼓勵？
温貞菱：你沒有做過，你怎麼知道。有時候我們害怕改變，有時候我們害怕改變的時候，但生活就是這樣，有失去就一定有獲得。

ELLE：有實質上做出的改變是？
温貞菱：改變外在環境不如改變自己。想改變，一定是代表它行不通或是有更好的方法，我會去想現在可以做什麼或是有什麼可以做。大概2013年開始幫流浪動物之家到現在，陪伴小朋友，寫信給流浪動物花園，我就認識了理事長Ruth，會幫忙洗貓貓狗狗，或是發送養文，以及在能力下幫忙捐款。我認為，當你有想幫忙的對象，你要到那個機構才知道他們有沒有做對，有達到效益。

ELLE：Game Changer不可獲缺的心態是什麼？
温貞菱：我不想這樣就好，我想讓它更好。

ELLE：有讓你佩服的Game Changer Icon嗎？
温貞菱：在《捍衛戰士》最新一集，湯姆克魯斯在戲裡為了拍出臉部張力，就真的去學了駕駛戰鬥機，才知道臉部是什麼效果。娜塔麗波曼也是，為了《索爾》第四集增肌減脂，那會讓人思考自己可以做出什麼改變。

ELLE：可以跟我們說一句Game Changer代表金句嗎？
温貞菱：「不是明天、不是後天，是今天」、「逃避可以逃一輩子，面對只要一下子」。■

「我的世界讓我學習到，世界沒有高低貴賤之分，也沒有絕對好跟壞，讓我進而可以接受不一樣的可能性。」



珠串綴飾絲絨斜片斗篷
（LOUIS VUITTON）。



短版墜鏈裝飾背心、
蕾絲層疊連身洋裝、
Oversize 蓬袖長大衣
（ALL BY LOUIS VUITTON）。

FASHION

SPECIAL REPORT. INSIDER QUIZ. CLOSE UP. WELL



OSCAR DE LA RENTA

PHOTO_IMAXTREE

Summer



左一：黃色短褲、粉色沙灘拖鞋（BOTH BY LOEWE）；漁夫帽（JORDAN BRAND）。
左二：灰色背心（CELINE）；黃色鴨舌帽（LORO PIANA）；紫色毛絨涼鞋（FENDI）。
左三：紅白棋盤格紋短袖襯衫（LOUIS VUITTON）；短褲（GUCCI X THE NORTH FACE）；白色涼鞋（CELINE）。
左四：紅白條紋T-shirt、淺色牛仔鴨舌帽（BOTH BY CELINE）；橘色毛絨涼鞋（FENDI）。

Surf Date

夏天，衝浪囉

甜甜蜜蜜穿上你的夏天比基尼，青春就是在凌晨時分跳上車，
前往空無一人的海灘，與海浪共舞。牽緊你的另一半，一起去冒險吧！

PHOTO_YOONCHONG, GEORGE CHAN DR. STYLING_JIAYONG ZHONG MAKE UP_MEI
HAIR_ANDY EDIT_JIAYONG ZHONG, FENELLA WANG, MICK CHOU, YCY, WENDY
MODEL_ 倪一繁 AT 龍騰精英、葉南語 & 黃一丹 AT 森林模特、林文灰 AT 星力模特 ILLUSTRATION_PEI CHI LEE



左一：紅白條紋短袖、淺色牛仔鴨舌帽（BOTH BY CELINE）；牛仔短褲（DIESEL）。
左二：紅白棋盤格紋短袖襯衫、金屬項鍊（BOTH BY LOUIS VUITTON）；短褲（GUCCI X THE NORTH FACE）。
左三：黃色短褲、粉色沙灘拖鞋（BOTH BY LOEWE）。
左四：灰色背心（CELINE）；黃色鴨舌帽（LORO PIANA）；紫色毛絨涼鞋（FENDI）。







左：紅白條紋短袖、淺色牛仔鴨舌帽（BOTH BY CELINE）；牛仔短褲（DIESEL）。
右：灰色背心（CELINE）；藍色短褲（JORDAN BRAND）；黃色鴨舌帽（LORO PIANA）。



左：黑色泳衣（私人物品）；牛仔長褲（CELINE）；拖鞋（GUCCI X THE NORTH FACE）。
右：棕色工裝短褲（LOEWE）。



左：金色絲質短袖襯衫、金色絲質短褲、
編織草帽（ALL BY DIOR）；紫色毛絨涼鞋（FENDI）。
右：黃橘條紋短袖上衣、黃橘條紋短褲、
黃色鴨舌帽（ALL BY LORO PIANA）；橘色毛絨涼鞋（FENDI）；
小號淺棕色籐格紋刺繡Book Tote手袋（DIOR）。



左：黑色短款緊身上衣、
藍色地圖印花長褲、
銀色涼鞋、金屬項鍊
（ALL BY LOUIS VUITTON）；
裸色漁夫帽
（JORDAN BRAND）；
黑色漁夫帽（GIVENCHY）。
右：白色編織上衣
（GIVENCHY）；
黃色短褲、粉色沙灘拖鞋
（BOTH BY LOEWE）。

左上：IVP Cargo Hood運動連帽上衣（ADIDAS ORIGINALS）。 左下：綠色尼龍外套（STONE ISLAND）。
右下：綠色夾克外套（MM6 MAISON MARGIELA）。







TIPS

衝浪起乘動作分解圖



1.划水

手臂插入水中到手肘處，向後划，並要挺起胸口、維持浪板穩定度。



2.收手起身

雙手移動到胸口下方撐板，挺胸口，準備收雙腳。



3.起身

迅速跳起，並跨出前腳，前腳不要比浪板的1/2還更前面。



4.衝浪囉

膝蓋微彎，用肩膀帶方向，眼睛看哪人就會到哪。



1.Toile de Jouy法式印花螢光藍衝浪板， NT.295,000（DIOR）。
2.粉彩漸變色衝浪板，NT.75,500（LOUIS VUITTON）。
3.Onde印花挖剪連身泳衣，約NT.12,460（EMILIO PUCCI AT FARFETCH）。
4.復古印花手工衝浪板，約NT.94,040（CASABLANCA AT FWRD）。
5.拚色長袖連身泳衣，約NT.13,325（PERFECT MOMENT AT NET-A-PORTER）。
6.木紋衝浪板，約NT.206,440（SAINT LAURENT）。
7.Chrishell印花再生連身泳衣，約NT.8,390（MARA HOFFMAN AT NET-A-PORTER）。



短袖拉鍊泳衣、
亮片裝飾拖鞋
（BOTH BY LANVIN）；
褐色工裝短褲（LOEWE）；
繫帶漁夫帽
（JORDAN BRAND）；
黑色腰包
（ASHYA X MICHAEL KORS）。

8



9



10



11



8.Woody彩色羊毛編織圓形托特包，
價格店洽（CHLOÉ）。
9.Triomphe中型草編托特包，價格店洽（CELINE）。
10.拉菲草棉質手提袋，NT.40,000（MIU MIU）。
11.船錨緹花托特包，NT.11,360（SANDRO）。





TIPS

衝浪板

衝浪板的分類有長板Long Board、中長板有俗稱Fun Board、短板Short Board、魚板Fish Board。初學者建議可以從浮力較大的長板，開始練習基本動作，等上手後可以轉換想要玩的風格，再來挑選板子。



蠟塊

蠟塊有分底蠟、面蠟，底蠟就是上在板子的第一層，硬度較硬；面蠟則是上在表層，觸感會比較黏，同時也會用水溫來分為熱水蠟，溫水蠟及冷水蠟，硬度則是熱水最硬冷水蠟最軟。

熱水蠟，NT.100（FCS AT HOLA SURF）。

長板

全方位長板的配置，適合各種不同的浪況，較窄的寬度也很適合女生攜帶，同時也是知名女子長板選手Kelis Kaleoppa之前專用的比賽用板。

Josh Hall 9.4” DTNR長板（JOSH HALL AT HOLA SURF）。

Funboard

南加州聖地牙哥的的知名削板師Josh Hall，師承傳奇削板師Skip Frye，中尺寸的長度可以輕鬆追到更多的浪，同時保有一定的靈活性。

Josh Hall 7.10” Pisease衝浪板（JOSH HALL AT HOLA SURF）。

魚板

澳洲Noosa當地的削板師Adrian knott，也是一位衝浪藝術家，他的魚板改良自傳統魚板，在舵上增加整體的細節，增加了靈活性。

Maren 5.6” Bongo Fish魚板（MAREN SURFBOARD AT HOLA SURF）。



腳繩

腳繩需要根據板子的長度來挑選才不會有過長或過短的情況發生（過長在歪爆時會較不容易拿到板子，過短則會影響在板子的移動性）。

腳繩建議一年更換一條，才不會有氧化的問題，也要根據不同浪況挑選不同的粗細，大浪選較粗的腳繩，小浪選較細的腳繩。

Freedom Helix腳繩，NT.1,450（FCS AT HOLA SURF）。

Fin

大致上有分單舵（長板為主）、雙舵、三舵、四舵或五舵的配置。舵的挑選，可以根據板子的長度或自身的體重來選尺寸，板子越長或體重越重，相對就需要比較大的舵來增加穩定性。如果確定舵的尺寸範圍後，還可以根據浪的大小及浪況再作形狀及尺寸的微調。

1.No Bad Luck中舵，NT.2,550（MADE BY HOLA）。

2.JJ Wessels Splash 9.75中舵，NT.3,300（CAPTAIN FIN AT HOLA SURF）

3.Josh Hall 2.75舵，NT.1,900（CAPTAIN FIN AT HOLA SURF）。

4.Tyer Warren 5支舵配置，NT.5,200（CAPTAIN FIN AT HOLA SURF）。





❶ ❷ ❸ ❹

TIPS

服裝

台灣的夏天水溫高，可以穿上比基尼泳裝加上防磨衣，避免摩擦皮膚；秋天可以加上有一點厚度的2mm夾克，冬天的東北季風較冷，建議配上全身防寒衣，更為保暖。

Muii Swim



Muii Swim可以說是台灣衝浪女孩一致推薦很有安全感的Bikini，有運動款、美胸款等上衣，下半身也有大挖臀、小挖臀、丁字等可以顯臀形的款式，可以安心衝浪，同時也曬得均勻。

美胸馬甲上衣，NT.1,880、高腰蜜挖臀，NT.1,380（BOTH BY MUII SWIM）。

Fava Lava



Fava Lava的名字，指的是Favorite Lava，也是創辦人對家鄉的回饋。設計較為美式復古，布料柔軟舒服，優雅經典之外，也是衝浪女孩們可以安心駕馭、也能全心支持的小眾品牌。

Viva經典長袖防磨衣，NT.4,180（FAVA LAVA）。



Seea

來自加州的Seea每一件泳衣都是當地製作，深受八〇年代衝浪風格影響跟啟發，設計以復古風格為主，搭配高品質的布料及復古的印花，更能展現女生衝浪時的優美高雅。泳衣選用回收聚酯纖維布料製作，減少一次性包裝，為海洋包育盡一份力。

Lida連身泳衣，NT.4,150、Haze長袖夾克防寒衣2mm，NT.6,050（BOTH BY SEEA AT HOLA SURF）。

SurfAce



由台瑞混血女孩所創辦的SurfAce，一開始是因為創辦人熱愛衝浪跟瑜珈，後來也秉持著永續理念，以環保材質創造出可以不走光、柔軟修飾身材的比基尼。

花豹高腰比基尼，NT.3,760（SURFACE AT HOLA SURF）。



左：紅色條紋短袖、淺色牛仔鴨舌（BOTH BY CELINE）；牛仔短褲（DIESEL）；橘色毛絨涼鞋（FENDI）。右：灰色背心（CELINE）；藍色短褲（JORDAN BRAND）；黃色鴨舌帽（LORO PIANA）；紫色毛絨涼鞋（FENDI）。





陳皆美

18歲/ 浪齡4年/玩長板/ 常在佳樂水衝



ELLE：父母都是台灣知名衝浪好手，不過你卻是到長大後才開始衝浪，是被什麼觸發呢？

陳皆美：小時候只有偶爾玩一下趴板，也看不懂爸爸媽媽的衝浪技巧。直到國中認識幾個喜歡運動的朋友，跟他們相約一起去看爸爸媽媽衝浪比賽，才發現其實衝浪這個運動滿帥氣的，也很有技巧性，再加上很嚮往爸爸媽媽很Chill的生活風格，就開始認真投入衝浪中了。

ELLE：最喜歡的台灣浪點？

陳皆美：我最喜歡我的Home Break佳樂水，也是大家俗稱的長板天堂，在那邊衝浪很舒服沒有壓力，可以很自在享受衝浪的樂趣。

ELLE：能不能給衝浪新手一些建議？

陳皆美：海流是衝浪很大的潛在危險，因為水流是肉眼看不到的，建議初學者在下水前可以約伴同行，互相有個照應，避免單獨一個人衝浪，或是找有經驗的教練教導，也會幫助熟悉眼前的海流減少衝浪的危險性。衝浪前必備的條件就是不要怕水，這樣才可以放鬆享受衝浪，不會有強烈的恐懼感。

ELLE：印象最深刻的一次衝浪是什麼時候？

陳皆美：我印象最深刻的是2020的台東衝浪比賽，那時我才衝浪兩年，比賽期間的氣候非常惡劣，浪況非常巨大，海流也很強，女子長板決賽的當下雖然很害怕，但是看到別人都可以下水，心裡也湧起不服輸的念頭，後來那場比賽只衝了一道也沒有做什麼動作，就被白浪花蓋掉，因為海流很強的緣故，差一點上不了岸，後來岸上的家人朋友幫忙指引才終於回到岸上，但那場很幸運因為有人搶浪，雖然我只衝了一道還得到第三名的成績。

ELLE：給衝浪女孩們穿搭上的建議？

陳皆美：泳衣的話，我個人比較喜歡復古的設計剪裁，覺得這樣更能展現女生在衝長板時優雅感。平常穿著，我個人很喜歡穿短版T-shirt配高腰牛仔褲再配一雙Vans帆布鞋，就很有加州衝浪女孩的隨性感。

ELLE：從衝浪學習到什麼？

陳皆美：因衝浪交到來自不同背景的朋友，讓我比以前大方也比較外向，小時候我超害羞都不敢跟陌生人說話，現在好很多了。





大薯

23歲／浪齡13年／長板跟短板都玩／常在烏石港衝

ELLE：家裡開衝浪店，每年你都會碰到很多衝浪新手，每年真正留下繼續衝浪的人比例大概多少？那些繼續留下來衝浪的人有什麼共同條件？

大薯：如果以遊客到變成擁有自己的一塊板子來區分的話比例偏低，大約是十分之一左右的比例。共同點的話可能首先會需要有交通工具，畢竟海邊比較偏僻有交通工具會大大增加持續衝浪的機會。再來就是本身要有較強的執行力，如果遇到天氣不好或找不到朋友一起去時，本身還是有強大的執行力可以自己去衝浪。如果本身有從事其他運動或喜歡戶外活動的人，也會更容易在衝浪體驗中獲得樂趣。

ELLE：給衝浪新手的建議？

大薯：哈哈～不要想太多，想學衝浪就是做就對了，直接衝來海邊找個教練在適合初學練習的浪況下開始Surf吧！

ELLE：想要在衝浪技巧上更進一步，有什麼秘訣？

大薯：首先不要把目標設太遠，基本功一定要訓練好，因為它是影響衝浪能力的關鍵，在精進衝浪技巧的路上比較不會碰到瓶頸。

另外挑選一塊適合自己的板子也非常重要，現在衝浪資訊太容易取得了，但要精進衝浪技巧上最本質還是要衝到浪，所以找到適合的板可以幫助你衝到更多的浪，相對就有更多練習的機會。對初學者而言，長板跟短板是沒有差異性的，一開始學習衝浪需要較大的浮力，所以大部分的人會選擇長板，有些人中途會轉玩短板，但相對可能衝到浪的機會就大大的減少，也大大降低衝浪的樂趣。

如果是比較進階的衝浪者，衝浪滑板是滿不錯的選擇，可以增加在路上練習動作的機會。多看衝浪影片也有幫助，但不需要把目標訂太遠，想衝得跟選手一樣好，不用刻意模仿選手動作，可能最後會衝得四不像，可以透過經驗的累積搭配影片上的示範，慢慢就會衝出自己的風格。

ELLE：征戰台灣及國際大大小小那麼多賽事中，哪一場是印象深刻的？

大薯：2019由ISA在日本宮崎舉辦的那場，WSL裡的CT選手都有出席參賽，整個比賽的氛圍都非常獨特讓我印象難忘。

ELLE：你的心臟超大顆，常在衝浪賽事中出現逆轉勝的劇情，是什麼讓你擁有這麼好的心理素質？

大薯：雖然我從小沒有正規運動賽事的洗禮跟訓練，但我自己心理建設的能力還算不錯，在關鍵時刻不會緊張跟慌亂，這也跟我平常從事衝浪訓練時有關，不管是衝浪經驗的累積或體能訓練，都讓我有信心支撐我在關鍵時刻還能正常發揮應有的實力。

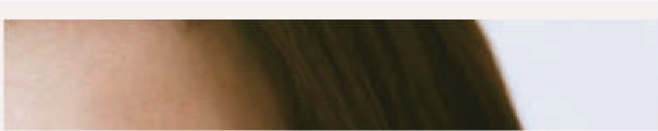
我平常也會再搭配重訓，找教練針對衝浪來訂製訓練菜單，幫助我可以更聰明地使用全身肌肉達到更好的衝浪表現。

ELLE：給衝浪男孩們穿搭上的建議？

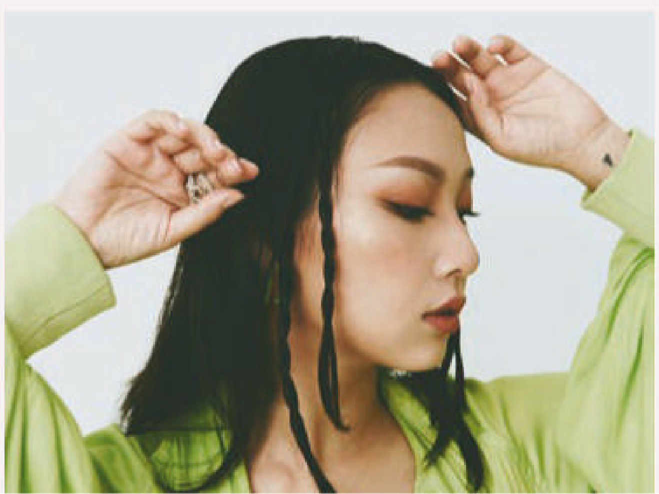
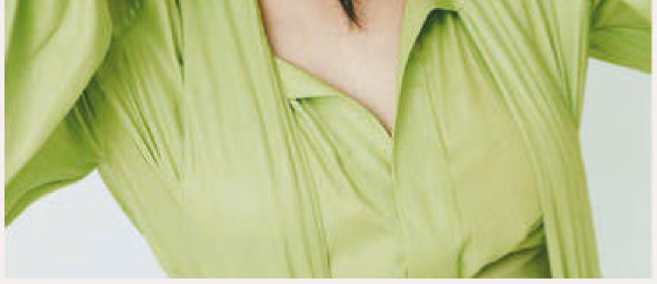
大薯：可以試一些比較大膽的色系或花俏一點的印花，整體會看起來更亮眼跟夏天海邊的感覺，也可以試著從一些花俏或鮮豔的配件入手，例如：襪子、頭巾或有型的紳士帽嘗試搭配，都可以讓整體的造型更有型。■












Debut 初登場

演員，泛指在演出或表演藝術作品，扮演某個角色的人。
他們的人生總有自己的日常瑣事，但在每一部影劇作品裡，
卻也得詮釋不同角色的人生故事。正因如此，唯有在每次演出把自己視為新人，
他們才有機會激發更多潛能。即將於6月23日到7月9日舉行的「第24屆台北電影節」，
自2019年開始推出「非常新人」計畫，讓觀眾認識充滿潛力的新秀，
而這次，ELLE也與今年的10位新生代演員們，一同聊聊成為演員的軼聞趣事。

PHOTOGRAPHY_KUO HUAN KAO　EDIT & STYLING_MEG CHEN　INTERVIEW & TEXT_RYOTA
MAKEUP_ ROY ZHAN & IRENE WANG FROM M·A·C（FOR 李雪、初孟軒、洪毓璟、項婕如、詹懷雲）
ROY ZHAN & AURA CHEN FROM M·A·C（FOR 林廷憶、牧森、胡智強、何思靜、雷嘉汭）HAIR_蔣桀愷 & 王昱潔 FROM LOREAL PRO
（FOR 李雪、初孟軒、洪毓璟、項婕如、詹懷雲）蔣桀愷、張家碩、孔裕博 FROM LOREAL PRO（FOR 林廷憶、牧森、胡智強、何思靜、雷嘉汭）
STYLING ASSISTANT_ANNA WANG　PHOTOGRAPHY ASSISTANT_DAHOW WANG, OLIVER CHEN, LYNG



洪毓璟

29歲

擅長記別人的名字，語言學習能力強，受《超級星光大道》影響從小就愛唱歌。台北電影節想看《海王星夜曲》。

初孟軒

26歲

金牛座AB型，興趣是打排球，西洋劍選手，持有中級救護人員證照。台北電影節想看《壞壞壞天使》。

詹懷雲

23歲

喜歡釣魚、潛水，大學選擇流行音樂系是因為想當饒舌歌手。台北電影節想看《藥方》。

由左至右：
初孟軒：酸性綠織紋派克上衣、米白造型長褲（BOTH BY BOTTEGA VENETA）；Trainer球鞋（LOUIS VUITTON）。
洪毓璟：彩色圖案針織上衣（PS PAUL SMITH）；暈染紫色西裝褲（MSGM）；黑色馬銜鍊木屐鞋（GUCCI）。
詹懷雲：米白色鏤空針織衫（SANDRO HOMME）；Karakoram牛仔外套、Karakoram牛仔褲、
Trainer球鞋（ALL BY LOUIS VUITTON）。
李雪：亮綠色流蘇洋裝、Trap亮綠觸角鸚鵡綠色豌豆形鉆石耳環、
Sharp純銀鑲鉆石葉狀寬戒（ALL BY BOTTEGA VENETA）；黑色亮面漆皮短靴（MSGM）。
項婕如：白色手繪印花襯衫洋裝（PAUL SMITH）。



李雪

26歲

天蠍座，興趣談戀愛、唱歌、跳舞、畫畫、手作，是花蓮干城村最漂亮的人，所以號稱干城公主。台北電影節想看《保姆太辣了，我怎麼辦》。

項婕如

22歲

巨蟹座A型，喜歡爬山、寫字，同一句話不能說超過四遍。台北電影節想看《夏日悄悄話》。

由左至右：
雷嘉納：深藍針織拼接洋裝（CHLOÉ）；
綠色亮片平口上衣（LOEWE）；
復古金色與黑色瑪瑙方形耳環（SAINT LAURENT）。
林廷憶：白色拼接絲綢短袖襯衫、Dior Union棉麻色吊帶裙、
Check'N'Dior馬海毛黃色格紋針織衫、
CD Legacy海軍藍瓷漆與珍珠戒指（ALL BY DIOR）；
First系列棕色納帕皮革中跟涼鞋（FENDI）。
胡智強：多彩毛衣（LOEWE）；
Fendace系列白色牛仔褲（FENDI）。
何思靜：粉紫色針織長袖上衣、棉織背心、
立體胸罩、高訂水晶珠飾多層次雪紡紗長裙、
厚底露趾潮鞋（ALL BY GIVENCHY）；
ClaSSic Chain Choker（ZEIT）。
牧森：棕灰色蘇格蘭格紋大衣、Josh Smith藝術塗鴉畫作透明T恤、
Josh Smith藝術塗鴉畫作白色丹寧褲（ALL BY GIVENCHY）；
Playtime沙丘色休閒鞋（BERLUTI）；
Condense Chain不鏽鋼粗鍊（ZEIT）。

林廷憶

21歲

喜歡獨處，能不出門就不出門，要出門的話，喜歡爬山或一個人到河堤看河，希望朋友們約她散步多於約她吃飯。台北電影節想看《讀取中，請稍候》。



雷嘉汭

22歲

是古靈精怪的水瓶座，喜歡潛水與騎檔車，熱愛挑戰極限運動。台北電影節想看《恁阿嬤cut好》。



胡智強

25歲

雲林之子，偶爾粗俗沒禮貌，但其實很真誠。身高號稱170公分，實為169.7公分，眼距寬達2.4公分。台北電影節想看《茜色如燒》。

牧森

25歲

天龍人面孔，野孩子的心，土生土長台中人。喜歡爬山、露營、跳水、溯溪、衝浪等戶外活動。台北電影節想看《高原上的家屋》。

何思靜

23歲

獅子座，自認古靈精怪，資訊工程系畢業，具備游泳隊經歷，會彈鋼琴。台北電影節想看《第三次求婚》。

目前為止最滿意自己哪部作品？

李雪：因為對於每一個作品，我都是全心全意投入，放全部的努力在其中，所以每一部我都很滿意，同時，因為各個作品都是不同時期的自己，所以在每個階段也都會有所收穫。

初孟軒：每個階段的能力不同， 所以各個時期的成果也留下不同的印記，和Nori的相遇對我來說影響深遠，所以《天橋上的魔術師》是我現在的答案。同時也非常期待尚未播出的《八尺門的辯護人》。





你覺得作為演員的優勢與劣勢是什麼？

詹懷雲：優勢是真誠與樂觀，這讓我在任何表演或是自己的音樂創作時，即便碰上挫折，也都能夠誠實且正面的看待，而劣勢是不夠有自信，所以往往在需要表現自已時會感到害怕，又或是因為不敢爭取而錯失很多機會。

你希望大家一定要知道關於你的三件事？

項婕如：我是個很害羞的人，如果在路上叫我全名會讓我嚇一跳，但若是透過角色認識我，我會超級開心，另外我有出版過散文詩集《沒有名字的房間》，還有經營Podcast《當你的樹洞好嗎？好啦！》。

洪毓璟：我除了演員的身份跟夢想之外，未來也想當創作歌手，而我也很喜歡舞蹈，所以希望日後可以有跟舞蹈相關的角色，最後，因為我對演員的啟蒙來自劇場表演，因此期盼自己能游刃有餘的在劇場與影像之間，呈現不同媒介的表演方式。





如果以演員的身份，希望大家認識你哪些特質？

牧森：我給人的印象可能比較安靜斯文，但其實我有很多不同面向，我也許會很脆弱，也可能很火爆，並非是某種特定個性的人，就像水一樣，外在看似很平靜，但裡面其實波濤洶湧充滿暗流。

林廷憶：我的日常其實是一個隨性的人，可以隨便地解決一餐、簡單地生活。但面對演員這個身份，我做的每個功課或決定都很認真，也希望大家能看到我真誠的、最專注在當下的那個樣子。



目前認為什麼角色最有挑戰性？

雷嘉汭：我覺得以往每個角色都有需要挑戰的地方，像是恐怖片《哭悲》，因為我本身不愛看恐怖片，因此無論是動作還是心裡都要去克服這股壓力。還有我在尚未開播的《八尺門的辯護人》飾演印尼國籍的女生，為了讓角色有說服力，我會去台北車站找印尼國籍的人聊天，進一步認識他們。



未來想挑戰什麼類型的角色？

胡智強：其實我每種角色都想挑戰，有機會接到不同角色的話，我會很開心，同時也代表台灣持續在拍電影，也讓更多演員有機會，我也不太想設限自己。

何思靜：我很想挑戰失去其中一個感官的角色，在那種狀態下，其他感官會變很敏銳，而這樣的角色在我眼中會是感性的類型，或許就像是我很喜歡的電影《聽說》那樣。



9m88：印花上衣、印花窄裙
（BOTH BY PALOMA WOOL）；
耳環（BOTTEGA VENETA）；
桃紅墨鏡（LOEWE）；
水鑽跟鞋（CHRISTIAN LOUBOUTIN）。
章廣辰：墨鏡（LOEWE）；
迷彩背心、皮革外套、
運動長褲、銀色皮鞋
（ALL BY BALENCIAGA）。

愛 Love Actually

週末午夜別徘徊，
微笑不當戲，
今天要跟
9m88跟章廣辰
一起滴答滴戀愛。



We Vow

ARTIST_9M88,章廣辰　PHOTOS_KUO HUAN KAO　ART DIRECTION & STYLING_QUENTI LU
MAKE UP_YEN TING（9M88）,TSENG KUO WEI（章廣辰）　HAIR_ODYE WENG（9M88）,CIG（章廣辰）
STYLING ASSISTANT_NI CHIEH HSIN,MICHELLE H,ZI YU LIN　GAFFER_DAHOW WANG

9m88：高領上衣、皮革內搭、背心、長裙（ALL BY GIVENCHY）；耳環（VANN JEWELRY）；戒指（BOTTEGA VENETA）。
章廣辰：愛心眼鏡（LOEWE）；襯衫、西裝外套（BOTH BY FENDI）。



9m88：造型上衣、造型長褲（BOTH BY LOEWE）；尖頭跟鞋（CHRISTIAN LOUBOUTIN）。
章廣辰：綠色襯衫（VALENTINO）；造型外套（AVAVAV）；丹寧長褲（FENDI）；黑色尖頭鞋（BALENCIAGA）。
鳳梨雕刻（2C_2CUT）。

We Cry



9m88：內搭背心、運動外套、運動長褲、水晶墜飾（ALL BY SHIE LYU）；耳環（PRADA）；緞面高跟鞋（ROGER VIVIER）。
章廣辰：淺綠襯衫、淺綠長褲、綠色球鞋（ALL BY BOTTEGA VENETA）。



9m88：綠色背心（JACQUEMUS AT NET-A-PORTER）；
緞面短裙、橘色低跟鞋（BOTH BY PRADA）；
愛心眼鏡、花型高跟鞋（BOTH BY LOEWE）。
章廣辰：綠色印花襯衫、印花外套、
丹寧褲（ALL BY DRIES VAN NOTEN AT MR PORTER）；
皮鞋（PRADA）；
墨鏡、花型高跟鞋（BOTH BY LOEWE）。

9m88：眼睛上衣（PALOMA WOOL）；
Logo短褲、短裙（BOTH BY MIU MIU）；
長襪、紅色低跟鞋（BOTH BY PRADA）；
米色墨鏡、桃紅墨鏡、藍色墨鏡
（ALL BY LOEWE）。
章廣辰：印花背心、黃色墨鏡、
綠色墨鏡（ALL BY LOEWE）；
尼龍帽、西裝褲、皮鞋
（ALL BY PRADA）；
印花外套
（NAMESAKE AT FARFETCH）。

We See



We Dance







9m88：迷彩背心、皮帶（BOTH BY DIESEL）；短裙（BOTTEGA VENETA）；
彩色高跟鞋（CHRISTIAN LOUBOUTIN）；手環（SAINT LAURENT）；項鍊、耳環、髮夾（ALL BY MAJE）。
章廣辰：上衣（DIESEL）；西裝褲、木屐拖鞋（BOTH BY GUCCI）；防曬帽（GIVENCHY）。

9m88：粉紅泳衣、粉紅泳褲
（BOTH BY ISA BOULDER AT NET-A-PORTER）；
皮革外套（PRADA）。
章廣辰：紗質上衣、皮革外套、
運動長褲（ALL BY BALENCIAGA）。





9m88：黑色禮服、耳環（BOTH BY BALENCIAGA）；花型高跟鞋（LOEWE）。
章廣辰：黑色上衣、黑色西裝外套、黑色長褲、銀色皮鞋、項鍊（ALL BY BALENCIAGA）。



We Fight

9m88：絲質上衣、丹寧長裙（BOTH BY JUNEYEN）；項鍊（BALENCIAGA）；
木屐拖鞋（MAJE）；皮草外套（LOEWE）；棒球帽（CALVIN KLEIN）。
章廣辰：印花背心、拼接長褲（BOTH BY NAMESAKE）；棒球帽（CALVIN KLEIN）；
球鞋（LOUIS VUITTON）；皮革手環（PRADA）。



We Drink

9m88、章廣辰：螢光橘塑料上衣、丹寧長褲、西裝外套（ALL BY VERSACE）。



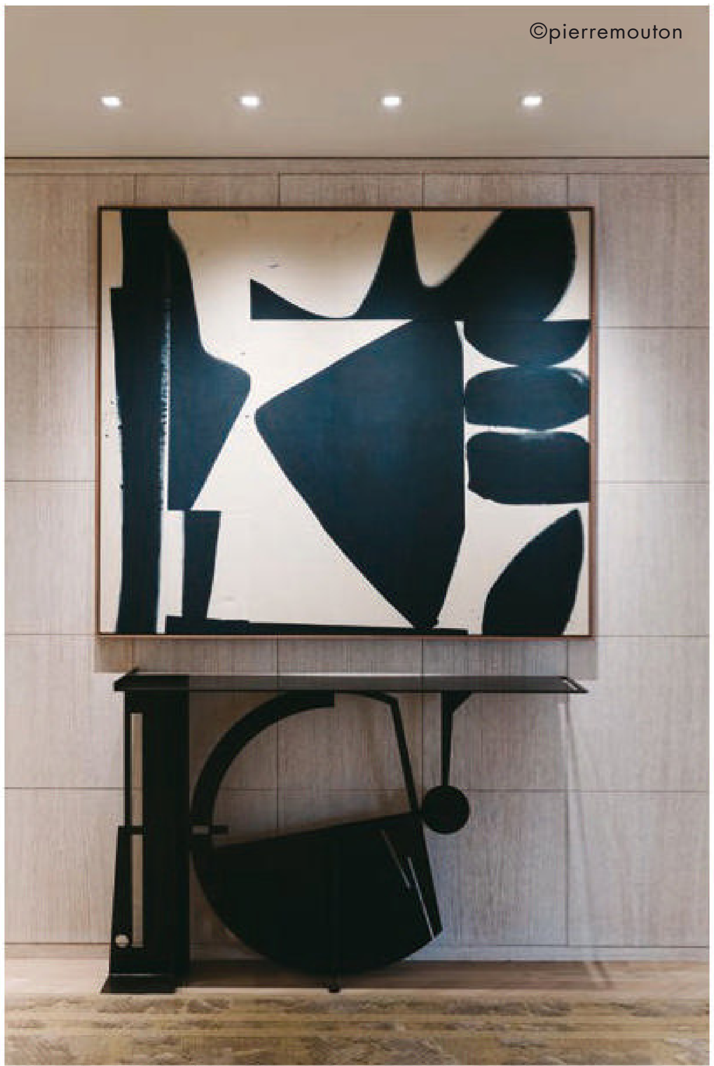
9m88：粉紅禮服（JACQUEMUS AT NET-A-PORTER）。
章廣辰：粉紅西裝外套、粉紅長褲、粉紅上衣
（ALL BY ALEXANDER MCQUEEN）。


©pierremouton

SUITE DIOR
30 MONTAIGNE

通往夢想世界的鑰匙

在蒙田30甫裝修完畢，整棟大樓有藝廊、餐廳、花園之外，這裡還多了一間夢幻房間，150平方公尺大、有25件藝術品的夢幻Dior空間，入住者可以盡情一人享受夜晚寬廣自由的奢華體驗。


©pierremouton

PHOTOS_DR. TEXT_YCY

「非得是蒙田大道30號不可，我要在這裡起家，捨此無它！」迪奧先生完全臣服於這座私人宅邸的魅力之下，他在一九四六年，在此創辦屬於他的品牌。

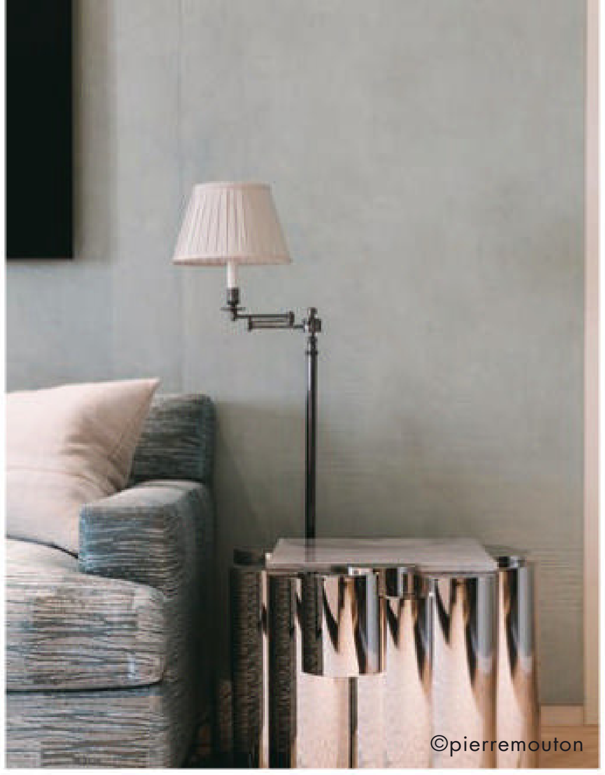
最初蒙田大道30號，有「三座工坊，位於頂樓、一間設計工作室、一間展示廳、一個小房間、一間執行辦公室、六間小型試衣間」，是迪奧先生企業起飛的起點。

然而，就在迪奧品牌七十五周年過後，新的里程碑莫過於蒙田大道30號的改裝，成為一棟實踐品牌所有重要元素的地點，自時裝、高級訂製服、美妝、家飾、藝廊、餐廳，甚至這裡有一間可以入住的Suite Dior 30 Montaigne。

最尊貴的夜晚主人

「這是Dior的DNA，Dior先生喜歡招待賓客，所以我想要給客人一個無可比擬的經驗——成為這個神秘殿堂的一夜主人。」Pietro Beccari說。

在Dior品牌執行長Pietro的策劃下，蒙田大道總店有了一間集結藝術與居家風格的套房。整間的室內設計，是由曾操刀各大精品旗艦店店鋪的設計師Peter Marino所包辦，承襲了過去Peter Marino一貫的風格，與藝術相親相惜，以簡約的線條、代表Dior的顏色，一共25件藝術品，撞擊出豐盈的五感感受。



©pierremouton

在這間專屬150平方公尺大的空間內，能欣賞到Joe Bradley的畫作，陳列在入口處；以及由Anne Peabody所製作以銀色葉子妝點的大型鏡子、Guy de Rougemont顏色鮮豔的三聯畫，和傳奇名家大師們，如Thierry Leproust、Yves Klein、Ethno Eames等的家居作品。

奢華是那把鑰匙通往的地點

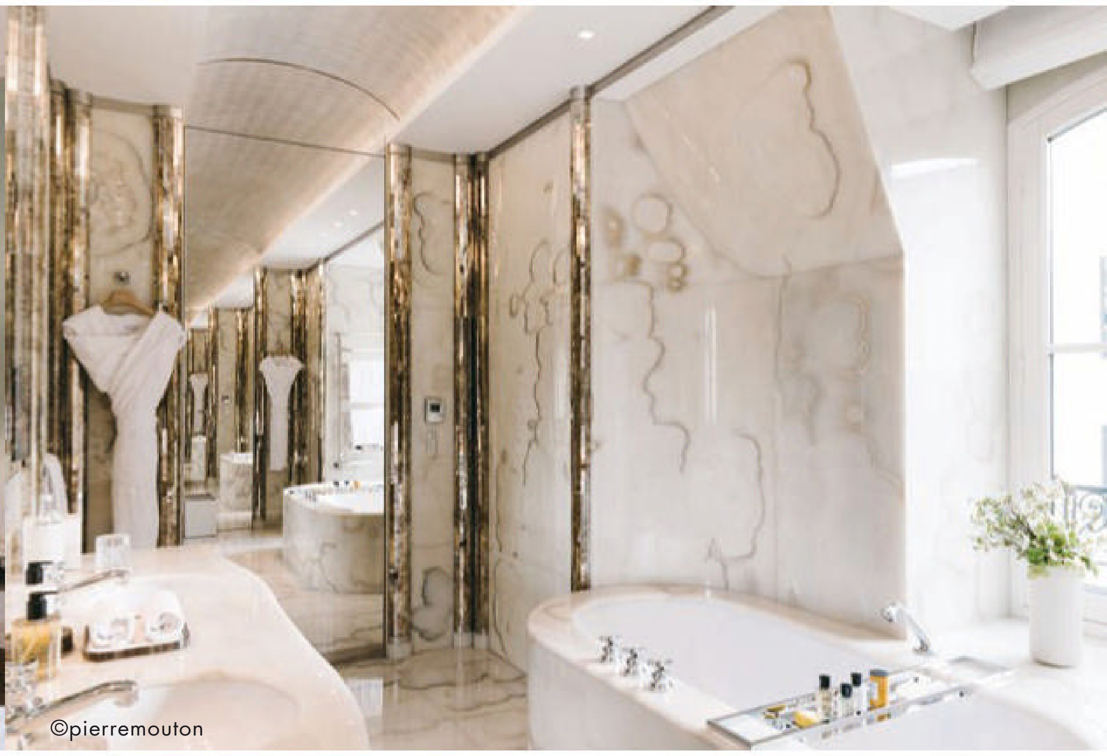
但，最奢華的不只是裝潢設計，想要入住Suite Dior 30 Montaigne，需要先透過Dior銷售人員預定。

並且，倘若你預定成功，你將獲得一把前往夢想與奢華國度的鑰匙，它可以帶你在午夜的蒙田30總店購物，也可以去迪奧藝廊進行一場私人導覽（晚間八點後可使用），或是想在花園裡和男友野餐、試穿高級訂製服，這都是Suite Dior 30 Montaigne入住者才能有的時光限定體驗。並且這裡將有12位工作人員專屬為你服務，也會提供主廚24小時的餐點服務。

在Suite Dior 30 Montaigne，你將會感受到迪奧先生的起點，跟Dior品牌所放眼的未來。■



©pierremouton



©pierremouton

在臺北，時裝的奇幻與寫真

RUNWAY RECAP

疫情時代下，不再遠行於是足不出戶，追劇、叫外賣、滑手機，難道就是生活的面貌？
在2022秋冬季的臺北時裝週，深耕台灣的時裝品牌們為我們展現了今日的另一種樣子：
與在地布廠大玩永續時尚，台日文化交融成賽博朋克美學，首次前進離我們再也不遠的元宇宙。
讓我們一起回顧，屬於臺北時裝週的致敬經典與獨立創新，貼近生活與天馬行空。



前衛式浪漫

Seivson

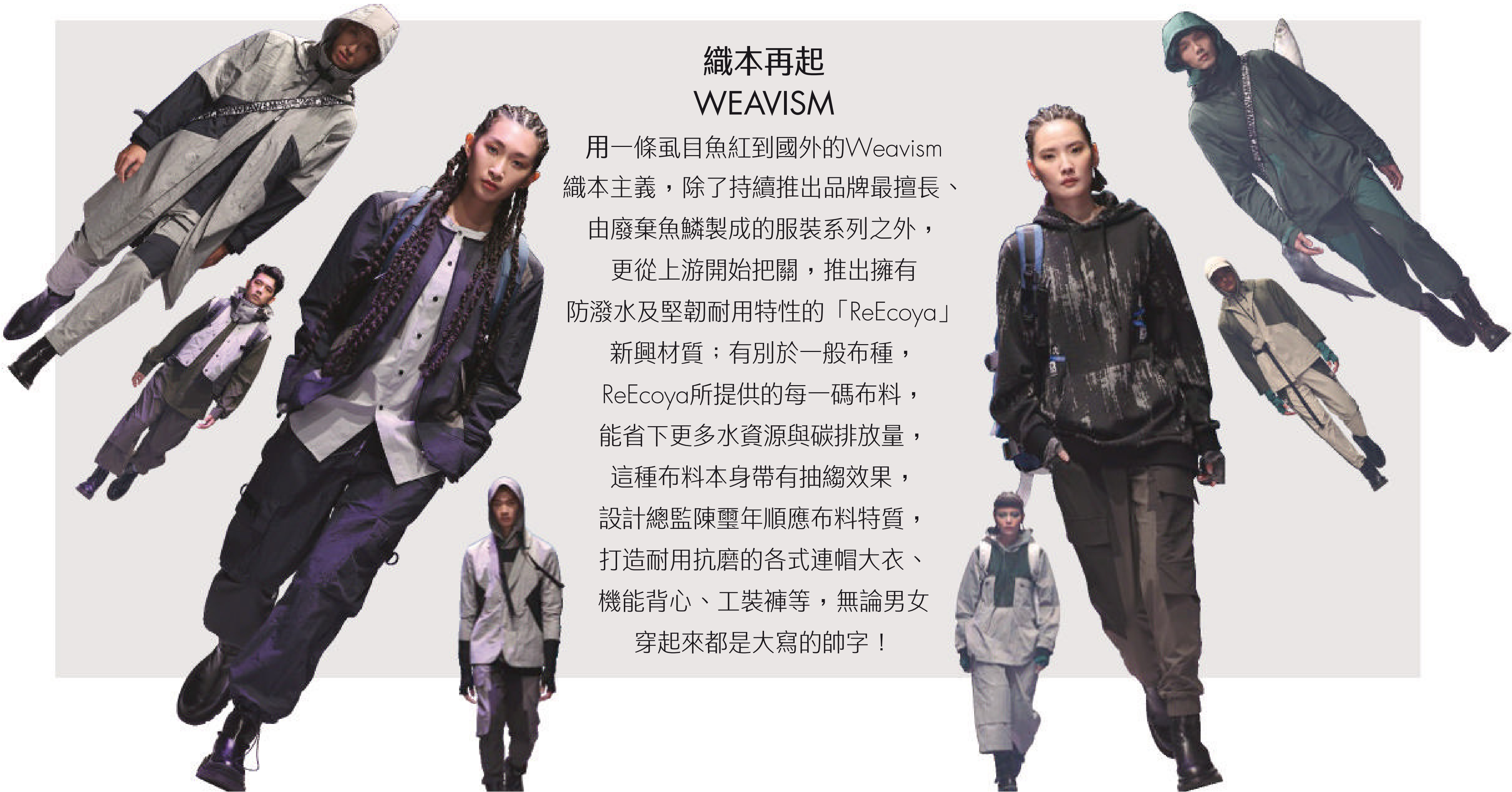
設計師申子芹這回又帶來什麼驚喜？飄著細微泡沫的秀場上，前衛又帶有神秘色彩的一套套造型像是從電影《沙丘》中走出，來到了臺北時裝週的舞台。Seivson本季以人類、服裝、空間為題，不只延續品牌典型的解構重組手法，鏤空和露膚設計也突顯著肌膚和服裝之間的微妙關係，散發賽博朋克態度的同時，也有種屬於Seivson的浪漫。

PHOTOS_GETTY IMAGES, DR. TEXT_MEG CHEN, WENDY CHOU EDIT_MEG CHEN



跨時代相遇
Claudia Wang

今年首次入選倫敦時裝週日程的設計師王子欣，本季不只三度登上臺北時裝週，更宣布正式前進元宇宙！原本就熱愛藝術科技的她帶著同名品牌Claudia Wang成為臺灣首個結合NFT區塊鏈行銷的時尚品牌，並與視效公司「數字王國」及鄧麗君文教基金會合作，讓秀場上出現了經典偶像鄧麗君、元宇宙女孩Eve和時裝設計師Claudia三者的跨時代、超現實相遇。



織本再起
WEAVISM

用一條虱目魚紅到國外的Weavism織本主義，除了持續推出品牌最擅長、由廢棄魚鱗製成的服裝系列之外，更從上游開始把關，推出擁有防潑水及堅韌耐用特性的「ReEcoya」新興材質；有別於一般布種，ReEcoya所提供的每一碼布料，能省下更多水資源與碳排放量，這種布料本身帶有抽縐效果，設計總監陳璽年順應布料特質，打造耐用抗磨的各式連帽大衣、機能背心、工裝褲等，無論男女穿起來都是大寫的帥字！



舊衣華麗變身
DYCTEAM

提到「友善地球」就不能不提及Dycteam！Dycteam擅長以永續材質打造簡約俐落的中性服裝，更在2021年以回收牡蠣紗系列獲得金點設計獎肯定，而今年迎來十週年里程碑，Dycteam立下新的目標，號召消費者回收那些塵封於衣櫃已久的衣物，把織品回收製成粒子，重新再製為建材與材料，邀請大家一起成為友善地球行動的一份子，落實生活中的永續時尚。



關於傳承
AISH

夏筱琴的自創品牌Aish在2022秋冬臺北時裝週正式迎來第一場個人秀，靈感來自這位新銳設計師居家時觀看的台灣影集《斯卡羅》。劇中關於失落歷史的探討以及對排灣族衣飾文化的刻劃為她帶來許多創作啟發，本季系列「衣織間」也因此充滿了對於舊物與織物的傳承和詮釋。除了可以看到許多拼接和解構手法，似刺青的透膚緊身衣和丹寧布的大量運用也讓整體顯得更加年輕活潑。







致女性
Yentity

Yentity 2022秋冬系列“Power of Women”把鎂光燈交還給自品牌創立以來合作多年的版師、打樣師和車縫師傅們。專業辛勤的她們把美好歲月給了時尚，如今她們的名字也透過刺繡、印花等細節登上伸展台，在服裝輪廓中有跡可循。本系列更主張「慢工出細活」，羊毛針織和鉤針單品為俐落正裝增添手作溫度，粉嫩和冷冽色系的搭配也十分和諧，秀上包款則是和「Do+T 多加思所」的50歲+婦女工作者們一同開發而成。

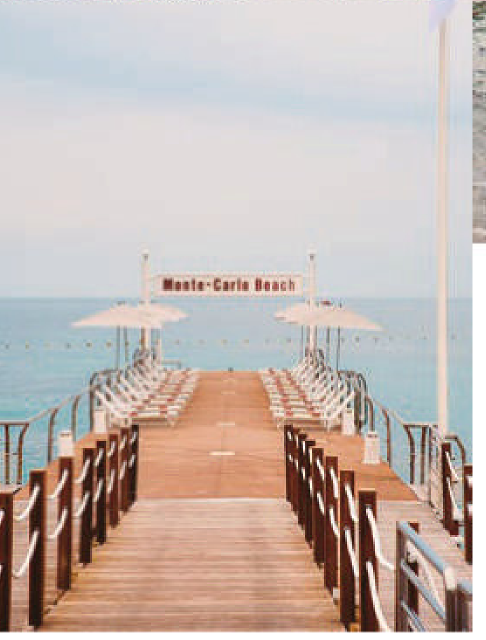
機能時髦
OqLiq

OqLiq本季以「時空」為靈感，選用多層次加工的機能面料，再透過摺疊、壓縮，賦予服裝多種穿法與呈現方式，並考量人體工學，提供各種立體收納需求，時髦又好玩！材質方面更是選用牡蠣殼紗、回收鞋材、 回收等，從裡到外呼應永續精神。伸展台上首次亮相的還有OqLiq與New Balance的特別合作款——擁有綠葉標章的574和XC-72，由50%環境友善材質、5%再生環保鞋底製作而成——讓原本就人氣居高不下的鞋款更有意義。■





DREAMING CHANEL *in Monte-Carlo*



香奈兒2022/23度假大秀

香奈兒選了幸運數字，五月五號，大陣仗在摩納哥舉辦2022/23早春系列的度假大秀。這個決定不是偶然，是可可香奈兒、卡爾兩人都喜歡、且熟悉的度假勝地，也是品牌與摩納哥皇室王妃、公主之間的深深友誼。

早春系列的由來，是香奈兒女士提出，讓人們在漫長冬天後，穿上新衣前往溫暖的地方度假，一掃灰冷日子、迎接春夏季節的正式到來。或許，這更是疫情下的寫照。香奈兒自2019年以來，首次大規模舉辦早春大秀，邀請品牌好友們到南法尼斯旁、位在蔚藍海岸上的小國：摩納哥。這裡有著陽光、以華麗賭場聞名、港口停滿富豪們的遊艇、一級方程式賽車，是個和高級與度假劃上等號的國度。







香奈兒藝術總監維吉妮，大方使用與摩納哥相關的話題元素，衣服上以賽車為主題的格子旗幟圖騰、迷你安全帽、賭場拉霸機當晚宴包，話題十足，也讓早春系列多了一份輕鬆和幽默！





選摩納哥是默契

「很早以前，我就確信我們有天會在這裡舉辦時裝秀，準確來說，是在Monte-Carlo Beach 海灘飯店。而且，卡爾以前就曾構想過這件事。從這個綺麗的場域，可以一覽他的度假別墅 La Vigie。我永遠不會遺忘曾在那裡度過的時光：露臺和陽台、超大陽傘、美麗的盆花——各種美好的事物。」香奈兒藝術總監維吉妮・維婭（Virginie Viard）說道。

這次秀場位在蒙地卡羅飯店的海灘俱樂部。看秀賓客坐在海灘椅上，模特兒繞著鋪在沙灘上的伸展台，迎著海風而來。卡爾擁有的白色別墅La Vigie，靜靜地在山丘上俯瞰這個熱鬧時刻。秀後的品牌晚宴，是別墅首度公開接待外賓。牆上掛著卡爾親自拍攝的超模Christy Turlington、Linda Evangelista九零年代大片，伴隨Caroline公主說起在這房子裡，跟媽媽葛麗絲王妃和卡爾相處的兒時記憶。這個夜晚，卡爾舊家裡，很溫馨。



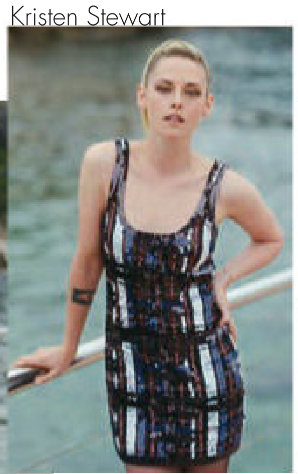
PHOTOS_GETTY IMAGES, DR. TEXT_BETTY LEE





香奈兒再次請到名導演Sofia Coppola執掌預告片。在現場Sofia也繼續手拿攝影機，隨時捕捉素材。秀上穿著重點白禮服的模特兒Mariam de Vinzelle，猶如舉辦浪漫海婚禮的新娘，她說：「影片中我們大家笑成一團的樣子，都不是裝出來的。」導演的個人優雅魅力，「常讓我們都忘記攝影機還在拍呢！」

Kristen Stewart



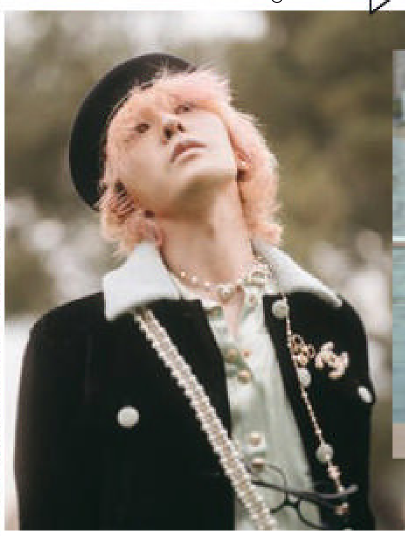
Caroline de Maigret



Tilda Swinton & Virginie Viard



G-Dragon





Charlotte Casiraghi

關於香奈兒好友們，從摩納哥皇室成員、品牌大使克莉絲汀・史都華（Kristen Stewart）、夏洛特・卡西拉奇（Charlotte Casiraghi）、蒂妲・史雲頓（Tilda Swinton）、卡洛琳・德・麥格雷特（Caroline de Maigret）……等，到秀後和ELLE Taiwan聊天的權志龍G-Dragon，香奈兒的好友們，都是長年的陪伴和共襄盛舉。

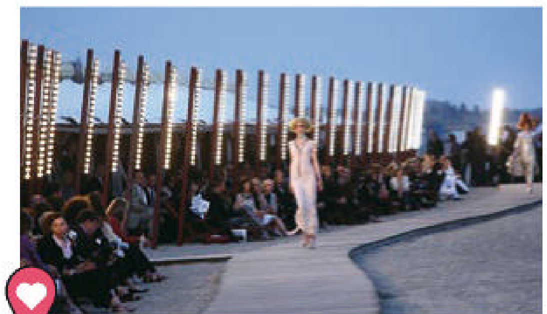
香奈兒歷年早春度假大秀，還去了這些地方：



2007/08 聖塔莫尼卡



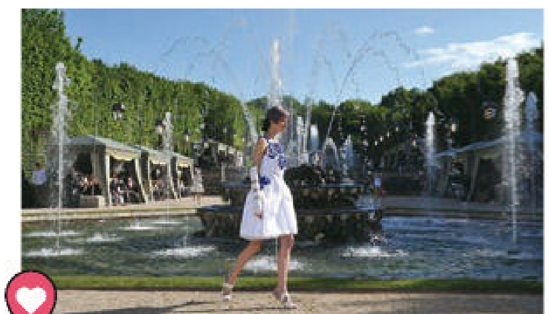
2008/09 邁阿密



2009/10 威尼斯



2010/11 聖卓沛



2012/13 凡爾賽



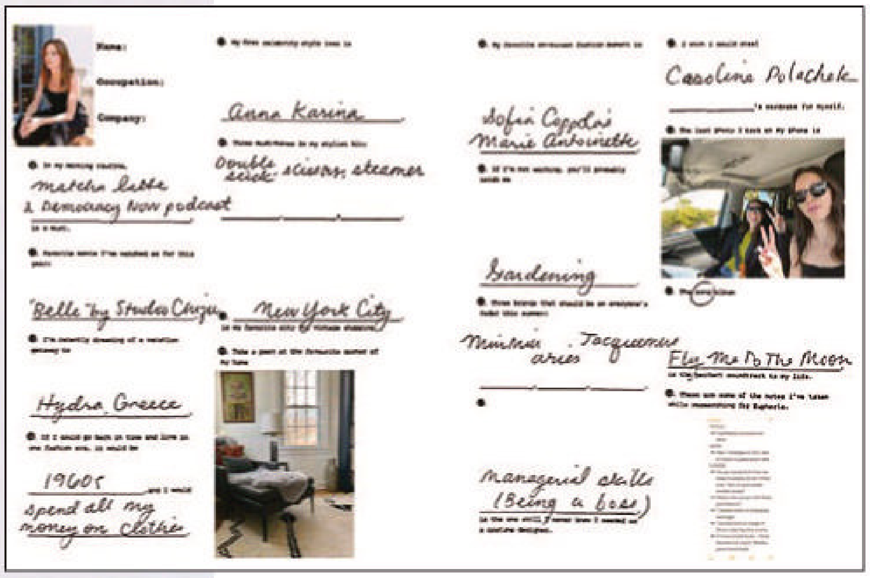
2016/17 古巴


Meet me in Paris
EYEWEAR COLLECTION
ELLE
elleboutique.com | #parisiananywhere
台灣總代理羅氏貿易股份有限公司 Tel : 02-26988567
ELLE is a trademark owned by HACHETTE FILIPACCHI PRESSE France. EL14667 RO

OFF-SCREEN 銀幕時尚的幕後推手

《高校十八禁》（Euphoria）不是一般的青春校園影集。這部由HBO出品的熱門影劇被稱為墮落版的《花邊教主》（Gossip Girl）並非沒有原因。除了直搗毒癮、霸凌、性關係、身份認同等禁忌題材，糜爛露骨的呈現手法更說著Z世代的語言，引起廣大迴響。但最令人著迷的莫過於劇中角色們。他們就像從你我Instagram版面走入現實的人們，各自多樣、各有風格，真實而坦然，卻少不了背後的糾結與陰暗。而這一切都從Heidi Bivens為他們打造的衣櫥中有跡可循。





1. In my morning routine,

matcha latte & Democracy Now podcast, is a must.

2. Favorite movie I've watched so far this year:

"Belle" by Studio Chizu.

3. I'm recently dreaming of a vacation getaway to

Hydra Greece.

❹ If I could go back in time and live in one fashion era, it would be

1960s, and I would

spend all my money on clothes.

❺ My first celebrity style icon is

Anna Karina.

❻ Three must-haves in my stylist kit:

Double stick, scissors & steamer.

❼ Take a peek at the favourite corner of my home



時尚和電影從來都離不開彼此，在Heidi Bivens的生涯中便得到了最佳體現。電影系出身的她在畢業後踏入時尚界，念念不忘，必有迴響，電影和時尚終究在她的世界裡找到了完美折衷點。經典電影《王牌冤家》（Eternal Sunshine of the Spotless Mind）成了開啟她的服裝設計生涯的處女作，在那之後的《放浪青春》（Spring Breakers）和今日的《高校十八禁》等更讓她躍身當今好萊塢最炙手可熱的影視服裝設計師之一。關於這份職業、Y2K風格的回歸，還有下一步，她有些話想說。

ELLE：嗨Heidi！可以和ELLE的讀者們分享妳是如何從一位電影系畢業生成為一位造型設計師的嗎？

Heidi：我從電影系學生到成為造型設計師的歷程並不簡短快速，因為我踏入時尚產業時擔任的是造型師和時尚編輯；要一直到我25歲左右時，我才決定專注於電影領域的服裝設計。我以實習生參與的第一部電影是《王牌冤家》，而那次經驗也帶來了更多機會，因此讓我在2000年代中段開始和Michel Gondry導演合作。

ELLE：以妳的經驗來說，關於影視服裝設計師這個職業，什麼是大多數人所不了解的？

Heidi：我認為多數人不知道的是，服裝設計師會為演員們在首次上鏡頭前完成最後定裝，然後你其實就不需要待在片場了，因為片場造型師們會負責打理後續的一切。服裝設計師們的工作不只存在於片場，所以要在拍攝時隨時待命是不可能的。我們永遠都在為下一幕做準備。

ELLE：在妳開始為《高校十八禁》擔任服裝設計師後，最常收到的問題是什麼？

Heidi：我最主要收到的問題，都是關於我對自己的作品影響了節目粉絲們的日常穿著有什麼感想。但我覺得要我全盤拿走功勞是很困難的；這個作品的分工是非常難估量的。還有，誰也不知道就算沒有《高校十八禁》，相似的時尚趨勢是否也會出現？我相信社群媒體才是今日這些潮流背後的最大推手。

1.在我的晨間儀式中，一杯抹茶拿鐵和Podcast節目”Democracy Now”是必須。2.我今年目前為止看過最喜歡的電影是地圖工作室製作的《龍與雀斑公主》。
3.近期我一直想要去希臘伊茲拉島度假。4.如果可以回到過去並居住在某個時尚年代，我會選擇1960年代，並且把所有錢都花在買衣服上。
5.我的第一個時尚偶像是安娜・卡里娜。6.我的造型師工具箱中必備的三樣東西是雙面膠、剪刀、蒸氣掛燙機。
7.看看我最愛的家中一角。（註：這是我平時閱讀的地方）

PHOTOS_HBO GO, GETTY IMAGES, DR. TEXT_MEG CHEN

8. New York City.

is my favorite city for vintage shopping.

9. My favorite on-screen fashion moment is

Sofia Coppola's Marie Antoinette.

10. If I'm not working, you'll probably catch me

Gardening.

11. Three brands that should be on everyone's radar this summer:

Miu Miu, aries & Jacquemus.

ELLE：觀眾們會如此喜愛《高校十八禁》的其中一大原因是角色們的時尚品味演變。這些是一開始就設定好的嗎？

Heidi：影集中的角色們確實從第一季進入到第二季後有視覺上的明顯轉變，有些角色的進化比其他人更為低調微妙。但我很喜歡聽粉絲們如何為這些小細節帶來自己的理論！

ELLE：妳對Y2K風格這幾年來再次席捲時尚圈有什麼想法呢？

Heidi：時尚具有週期性，所以Y2K回歸是再自然不過的。那是一個充滿各種極致的年代，我覺得很有趣。

ELLE：那麼我們想知道，在妳的職業生涯中，哪個電視或電影角色帶給了妳最大的挑戰？

Heidi：最困難的應該是一部由珍妮佛．勞倫斯主演的待上映電影，名為"Red, White & Water"。困難的原因是我從為《高校十八禁》第一季中瘋狂不羈的青少年角色們設計服裝，快速轉換到了一部關於一位參與阿富汗戰爭的軍事工程師回到老家路易斯安那州休養的電影。

ELLE：妳能分享珍妮佛．勞倫斯在這部電影裡的衣櫥大概是長什麼樣的嗎？

Heidi：珍妮佛在整部電影裡幾乎都穿著休閒運動褲，而且是恆適牌（Hanes）的運動褲，不是那種時尚的運動褲！所以，我需要褪去所謂風格和時尚，讓她的角色擁抱真正的"Normcore"。



8.紐約市是我最愛逛古著的城市。9.我最喜歡的時尚電影是蘇菲亞．柯波拉導演的《凡爾賽拜金女》。
10.當我不在工作時，你大概會發現我在打理園藝。11.今年夏天三個大家都該關注的品牌：Miu Miu、Aries、Jacquemus。



12. managerial skills (Being a boss), is the one skill I never knew I needed as a costume designer.

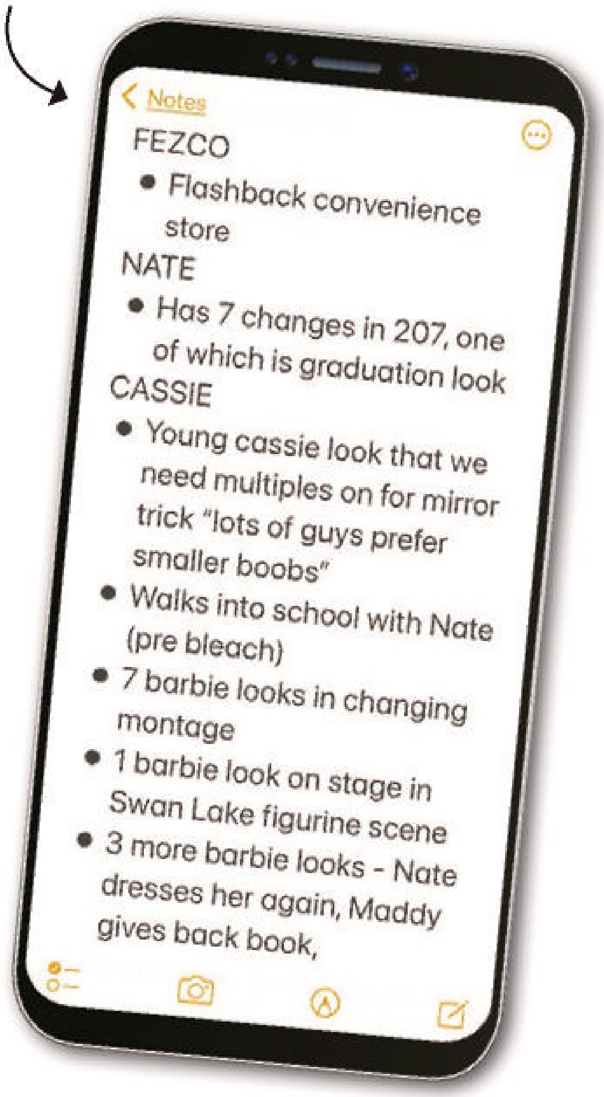
13. I wish I could steal Caroline Polachek's wardrobe for myself.

14. The last photo I took on my phone is



15. The (song)/album Fly Me To The Moon, is the perfect soundtrack to my life.

16. These are some of the notes I've taken while researching for "Euphoria".



ELLE：那妳對妳的成品滿意嗎？

Heidi：我還沒看到最終成品！電影目前預計今年下半年會上映。

ELLE：妳對那些想要加入妳的專業領域的年輕人們有什麼建議呢？

Heidi：在這個時代裡，社群媒體讓所有年輕人都能夠分享他們的觀點。我認為能看見未來展望並擁有表達管道對於一位藝術家或創意工作者來說是很有幫助性的。當我剛開始進入這個產業時，要能完整呈現並流傳你的作品集是很不容易的。如今你只需要擁有一個Instagram帳號，就已經是成功的第一步了！

ELLE：最後，繼由妳執導的全新短片”Sasami”在今年初問世，我們之後還能期待妳帶來什麼樣的作品呢？

Heidi：我想要繼續當導演。這對我來說很自然，我也很期待能完成更多作品。我為《高校十八禁》化妝師Donni Davy全新產品系列執導的一部廣告很快即將亮相，今年接下來也會有四集為布隆製片室執導的動態捕捉動畫《Gossamer》正式上映。■

12.我以前從不知道身為一位服裝設計師需要的是管理技能（掌控全局）。13.如果可以，我想要偷走美國歌手Caroline Polachek的衣櫥。
14.我的手機上最新的一張照片是。（註：我和我的助理造型設計師Angelia Vitto的合照）15.〈Fly Me To The Moon〉是最能代表我人生故事的歌曲。
16.這些是我在為《高校十八禁》做功課時留下的一些筆記。

最強盟軍

GUCCI

Gucci在聯名這塊總是跑得勇敢，和Adidas Originals的聯名一口氣把眾人帶回了七〇年代，無論是服裝和包鞋，都和Gucci偏好的復古風格不謀而合，可謂是最強的兩大拍檔。而這款包造型簡單，集結了兩大品牌最重要的三葉草和GG Logo，乾脆扼要，絕對值得紀念，坦白說，面對這系列，我已經迫不及待掏錢了。

MY GANG





ITEM

Adidas x Gucci GG緹花肩揹包。

PRICE

NT.65,000。

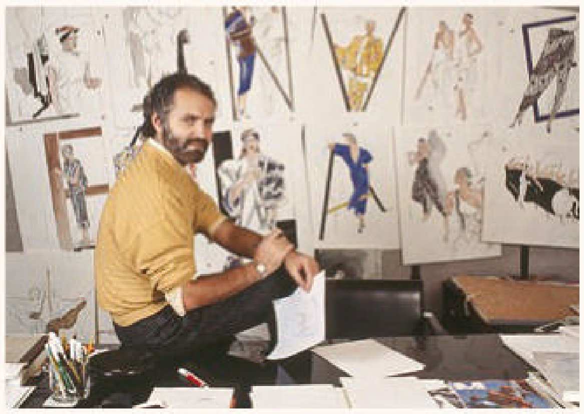
DETAIL

內裡和豐富外表呈對比，非常訝異地只用樸素的帆布當底。



PHOTOS_GETTY IMAGES, DR. TEXT_KORA HSIEH

感情好的證明



FENDI × VERSACE

這個合作教會我們與人和善的道理。在時尚圈集團各據山頭的狀況下，聯名這檔事，要嘛品牌層級不同，要嘛是同集團好說話，從來沒有像Versace、Fendi這樣分別隸屬兩大集團，卻能交融得如此要好。這款鞋上半擁有Versace的性感、鞋跟是Kim Jones替Fendi打造的標誌，簡直就是雙方友好證明，也是兩種不同性感的集結。

BE MY BFF





DETAIL

腳背的性感鍊帶用Fendi Logo去連結著Versace的美杜莎Logo。

ITEM

Fendace膠囊系列
Fendi First高跟鞋。

PRICE

NT.77,000。

女王啊女王

BVLGARI

傳說英國如果有性別，肯定是女人的國度，因為總在女王統治時，達到長治久安之境。很難想像，高齡90的英國女王伊莉莎白二世已登基70年，而為了向女王致敬，義大利珠寶品牌寶格麗集結五位資深工匠、耗時超過1500個小時製作了這頂冠冕，主石是顆63.44克拉、帶有雕花的尚比亞祖母綠，竟然還可轉換做項鍊配戴。當然這頂皇冠並非進貢給女王，而是做來致敬販售給想當女王的妳呀。



LONG LIVE THE QUEEN



ITEM

Jubilee Emerald Garden 頂級珠寶鉑金皇冠，鑲嵌縞瑪瑙和1顆蛋面雕花尚比亞祖母綠約63.44克拉、4顆梨形尚比亞祖母綠約14.92克拉、2顆梨形祖母綠約3.26克拉、1顆圓形鑽石約3.21克拉、52顆圓形祖母綠約13.01克拉、12顆圓形祖母綠約4.52克拉、46顆馬眼形鑽石約15.08克拉、20顆圓形鑽石、密鑲鑽石約18.71克拉。

PRICE

約NT.77,000,000。

DETAIL

整個冠冕設計成可以反著戴就成了項鍊。



PHOTOS_GETTY IMAGES, DR. TEXT_KORA HSIEH


ELLE is a trademark owned by HACHETTE FILIPACCHI PRESSE, France.
YAHOO
MOMO
ELLE SHOP
Meet Me in Paris
BAG COLLECTION
ELLE
Active
elleboutique.tw | #parisiananywhere

抱一下

HUG ME



CARTIER

每年，Cartier在一大票腕錶新品中，總有特別耀眼的明星，而今年肯定是這款Coussin。如其名，就是模擬方方軟軟的抱枕，所以方型錶框特別有了圓角。厲害之處就在此，卡地亞絕妙設計比例，加上那復古的羅馬時標，戴上手後整個氣質絕佳，任誰都想擁入懷。■

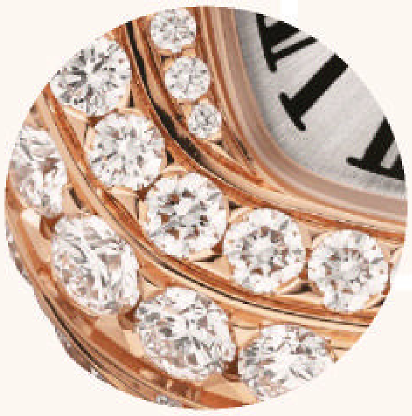


ITEM

Coussin de Cartier腕錶，石英機芯、玫瑰金、鑽石。

PRICE

NT.775,000。



DETAIL

為了軟化線條，整個邊框的鑽石是由小而大漸層排列創造旋轉感。

PHOTOS_DR. TEXT_KORA HSIEH


NIVEA
植感香氛 純萃淨化
24H抑味×爽身 0添加 色素/Paraben防腐劑
New
ECODEO
NIVEA
NATURALLY GOOD
BIO GREEN TEA
NEW
95%
0添加
2x
ECODEO
NIVEA
NATURALLY GOOD
BIO ALOE VERA
NEW
95%
0添加
2x
[妮維雅純萃植感體香噴霧]
有機綠茶 & 有機蘆薈
植感香氛大使
韓笙笙
妮維雅官方購物網


夏課去看海
半島朝日光芒熠耀
對我們展開熱情的呼喚
拋下城市的喧囂，朝海的方向出發
讓心隨著大自然的色彩去放假
BAY • FOREST
海灣森林
KENTING BOUTIQUE HOTEL
Fun一夏 · 海生館2人同行1人免費 | 半島迎夏 · 二泊三食贈千元點餐金
海灣森林精品民宿 墾丁白沙灣 TEL:08-8866558 活動詳情請上官網或電話洽詢

ELLE BEAUTY

MAKE UP. SKINCARE. HAIR. BODY.LIPS. EYES. CHEEKS



向日葵耳夾（AURELIE BIDERMANN）；
耳環（POIRAY）。

PHOTO_DAVID FERRUA

SUMMER TIME

海灘奢華派對

閃耀著健康光芒的肌膚，
將璀璨耀眼的珠寶首飾襯托得更迷人出色！
性感無比的曲線搭配精緻無瑕的妝容，恣意放縱於夏天的池畔與海濱。



ROSE GOLD

璀璨玫瑰金

微醺潤澤的水透膚質，是夏天最應景的妝容。先以粗獷的眉型勾勒出臉部立體感，再於顴骨高處刷上古銅金的頰彩更是誘人。

飾金鑽石玫瑰金項鍊、手鍊（MESSIKA PARIS）；
飾鑽石和白色珍珠玫瑰金戒指（HERMÈS）。



PERFECT SHAPE

緊實曲線

穿上性感泳裝前，先鍛鍊一下身體的曲線，裸露於陽光下的身體肌膚也不忘防曬保護。

鑽石鑲嵌梨形切割藍寶石白金戒指（CHOPARD）；
海灘巾（CELINE）；
泳裝（BANANA MOON）。

PHOTOS_DAVID FERRUA REALISATION_ELISABETH AKESSOUL TEXT_YVONNE YANG



FLAWLESS SKIN

完美膚質

定期進行溫和
去除身體肌膚老廢角質的步驟，尤其是
容易產生橘皮的臀部與關節等部位，
並選擇質地輕盈的身體乳
維持膚質的水嫩觸感。

鉑金手環和戒指、
紅寶石和祖母綠鑲嵌戒指
（VAN CLEEF & ARPELS）；
泳裝（ERES）。



GLOWING HAIR

柔滑髮質

可以用一些護髮油或是精華噴霧營造出髮絲亮澤感，不但能在陽光下保護髮質且又能創造出狂放性感的髮型與造型。

鉑金項鍊、耳環（DINH VAN）；泳裝（ANJA）。



夏日關於「私密處除毛」完整Q&A

除毛絕對是夏季最好的美容投資。居家除毛用具、醫美雷射除毛療程，該如何選？
除毛前後該如何保養？ELLE特別採訪越L'Excellence醫療美學副院長
一次解決大家對除毛的所有疑問！一起看看……

PHOTOS_GETTY IMAGES, DR. TEXT_MICHELLE YANG



越L'excellence醫療美學副院長
張瑋庭 皮膚科醫師

Q1：市面上居家除毛儀怎麼挑選？肌膚敏感的人可以用嗎？

張醫師：市面上居家除毛儀器主要分成兩大類，一種是物理性的移除毛髮，例如冰刀、美體刀等等，這種在使用上相對安全。另外一種則是家用美容儀器，類似脈衝光或是會釋放光的儀器，這個就要注意儀器能量與本身的膚色，有時候能量太強或是本身膚色較深，有機會出現色素沉澱。此外，還需要避免眼睛直接被強光照射到及使用後皮膚過於乾燥的問題。建議皮膚正在急性發炎或有感染時先不要使用。

Q2：私密處除毛「熱蜜蠟、居家除毛儀、刮刀」優缺點？

張醫師：每一種除毛方式都有各自的優缺點，可以選擇最適合自己的。

蜜蠟除毛：除毛頻率一般為一個月一次，主要是把外部毛髮用物理性的方式移除。優點為可以有效去除皮膚外的毛髮。缺點是無法改變毛髮生長速度或粗細，每個月要去定期除毛。蜜蠟療程後要特別注意後續皮膚保濕及照顧，避免毛囊炎或是毛髮倒插以及刺激性皮膚炎症狀。

刮刀：使用起來相對安全方便，不過要注意刮完之後皮膚的保濕，跟避免皮膚受傷，同樣也是物理性移除毛髮，所以也跟不同部位毛髮生長速度有關係，可以在毛髮長出來後兩週到一個月刮一次。除完毛要注意保濕，避免毛囊炎、皮膚乾燥狀況。

居家除毛儀：美體刀類的產品，也是利用物理性的方式，移除皮膚外部的毛髮，所以大約也是2-4週需要除一次毛髮。優點為居家使用方便，缺點也是無法改變毛髮生長速度，需要定期更換刀片，要注意保濕，避免毛囊炎、肌膚過於乾燥。

Q3. 自己居家除完毛，如何保養避免毛囊炎？

張醫師：最常使用的還是物理性的除毛刀，這邊會建議大家在洗完澡後皮膚比較濕潤並且沒有太多油脂跟老廢角質的狀態刮毛。另外如果皮膚比較乾燥，可以先使用除毛乳霜或凝膠，並且順著毛流刮。每次刮完後要用清水清潔刮刀，並且把刮刀晾乾，時間到要換新的刀片。想要避免毛囊炎要確認刮刀的刀片夠銳利，此外，可以觀察看看用電動刮刀跟手動刮刀哪一種比較適合自己的膚質，減少發炎的機會。

Q4.醫美「雷射除毛」可以永久性除毛嗎？

張醫師：雷射可以半永久的移除毛髮，很多人做完治療後，好幾年毛髮生長速度變得緩慢，甚至毛髮細到看不太出來。雖然無法永久除毛，不過剩下細小毛髮，可以選擇用刮刀的方式去除，或持續做雷射除毛治療，破壞剩餘毛髮的生長。根據這幾年美國醫學美容的統計資料，除毛雷射一直都在非手術療程裡中的前五名，並每年持續成長中。做過除毛療程的女生經常回饋，早知道就早點開始，除了視覺上美觀，也有不少人覺得可改善流汗及生理期因為毛髮悶熱有異味的狀況。

Q5.私密處雷射推薦療程？建議怕痛的人選擇哪類雷射？

張醫師：東方人因為本身毛髮色素較深，所以對於雷射除毛治療的反應都滿好的，因此包括：亞歷山大雷射、二極體雷射、銣雅各雷射、脈衝光等都是市面上常見的雷射。怕痛的族群我們在做除毛雷射治療前都會敷麻藥，減輕治療的疼痛度。針對怕痛的族群可以選擇「真空除毛」，現在雷射機器都會有冷媒，探頭有冷卻系統或是真空吸引的系統，可舒緩除毛過程中的不適感並且保護皮膚。

Q6.在做私密雷射除毛之前之後需要注意的事情？

張醫師：除毛前避免使用去角質或有刺激性的保養產品。另外，儘量避開生理期，避免後續除完毛之後女性衛生用品摩擦或悶熱導致不適感。除完毛髮後，可以適度使用沒有香料，成分單純的保濕產品。通常建議4-6週做一次雷射療程。■

編輯推薦：居家除毛美容儀



1.智淨Spa美體刀SES9970，NT.4,990（BRAUN）。
2.全方位美體刀BRE710，NT.7,888（Philips）。
3.天鵝Pro淨毛嫩膚儀，NT.12,990（nueva）。





安潔莉娜裘莉在養蜂專家Aggelina Kanellopoulou陪同下參觀養蜂現場。後者是第一期養蜂計畫的結業學員，參與東方蜜蜂的小規模養蜂計畫。
他們和聯合國在地養蜂專家Eric Guerin一起造訪Trapeng Ses村落。

Angelina Jolie
"THE BUZZY BEE"

安潔莉娜裘莉 女王蜂的五年大計

她既是演員、導演、製作人、編劇、長期倡議份子，也是「蜂之女力計畫」（Women for bees）的「教母」。這個專案由聯合國教科文組織（UNESCO）與嬌蘭（Guerlain）聯手推動，旨在關照女性創業與環境保育議題。而裘莉也來到對她具有特殊意義的柬埔寨，協助十二位婦女接受養蜂訓練，共同完成這項「甜蜜」的任務。

四月某個週五傍晚六點，安潔莉娜裘莉出現在我的電腦螢幕上。這可不是因為我正在觀賞《永恆族》或《那些要我死的人》，或是出現莫名幻覺。而是她就這樣出現在Zoom會議室裡對我微笑，臉上脂粉未施，披著一頭長髮。她回答了我第一個問題，我們之間開始有了互動，甚至可以說，生出了同為女性和母親之間的默契。她有種魔力，可以立刻讓人產生歸屬感。當然，我們之間還是有些差異，而對此她也很清楚。這正是這場會議的目的——討論關於「女性養蜂人」的培訓計畫，並協助這群女性獲得獨立，振興個人與在地的經濟利益，並對環境和蜜蜂帶來全面正向的改變。

安潔莉娜裘莉一直是位言行合一的倡議者，多年來持續發揮她的全球影響力，推動各種人道、環境和女性議題。她懂得放眼世界，也擅於關懷他人。近二十年來，這位育有六子（其中三個是領養而來）的母親，始終和她的MJP（Maddox Jolie-Pitt，即是她長子全名字首縮寫）基金會合作無間，改善柬埔寨的窮困偏鄉、環境保護和野生動物保育議題。MJP同時也支持健康、教育、農業與女性賦權等各類專案。

此外，裘莉也擔任聯合國高級專員親善大使。「我長期擔任聯合國特使，為烏克蘭和其他國家的危機奔走。最近我也跟華盛頓特區合作推動反婦女暴力法案。」她說。

雖然她拍過六十九部電影，我們的訪談卻鮮少提及她接下來的作品。「我今年沒有計畫，也許會拍義大利小說家Alessandro Baricco的改編作品Without Blood，講的是人們在經歷內戰後受到的創傷和心理狀態。」想到她過去曾執導過《他們先殺了我父親：柬埔寨女孩的回憶》和《愛在血淚交織時》，眼前這題材再適合裘莉不過了。



在柬埔寨的Samlot區，安潔莉娜裘莉在MJP基金會裡和巡守員一起舉辦嬌蘭蜜蜂學堂講座。

而今日，裘莉除了擔任嬌蘭的謬思女神（從1853年起嬌蘭便以蜜蜂為品牌象徵），也擔任品牌在柬埔寨推行的「蜂之女力計畫」的教母。2021年這計畫在法國首先啟動第一階段，而今年，共有十二位柬埔寨婦女會在首都暹粒和吳哥窟古蹟園區的洞里薩湖接受訓練，學習如何建立與經營永續的養蜂系統，以及蜜蜂在自然環境與高棉文化中的重要性。聽裘莉暢談參與這個計畫的過程、如何協助女性獨立、對他人產生同理心，與蜜蜂生態，都是非常精采的故事。

ELLE：過去二十年來你一直致力改善難民危機和環保議題，不只為年輕女性創立好幾間學校，也在柬埔寨成立自己的MJP基金會。換句話說，你非常活躍於這些議題上，究竟是什麼讓你願意投注這麼多心力在其中？

Angelina Jolie（以下簡稱）AJ：如果你和我一樣，有機會遇見來自世界各地的人，了解到他們因戰爭而流離失所，必須面臨極度困苦的險境，你就可以透過這些倖存者與其堅強家人的視角，而對難民處境產生連結。接著，若是你可以貢獻什麼為他們效力，這就會成為你的使命，你快樂的泉源。我曾經參與建立阿富汗和其他國家的女性學校，而過去二十年來，我也和柬埔寨Samlaut地區的一批在地員工並肩合作，「取之在地，用之在地」這對我來說很重要，所以，這真的是我的榮幸。

PHOTO_IAN GAVAN TRANSLATION_CHRISTINE LEE TEXT_VIRGINIE DOLATA


2022年2月，安潔莉娜裘莉和女兒詩蘿在她們柬埔寨的家。

ELLE：最初是什麼樣的機緣，讓你開始決心改善人類處境，並對他人產生同理心？起因源於自己過去的遭遇嗎？

A.J.：（輕笑）好像人非要有這麼一個重大轉捩點似的，但我相信很多人都一樣，其實是受到種種機緣的影響，層層堆疊才終於成就今日的你。當然，我媽非常細心善良，對人極富同理心，是她先成為我的表率並教會我許多道理。後來，我有機會到處旅行，認識許多人。對我而言，柬埔寨影響我很深，我在這裡第一次接觸到「難民」，了解他們在戰後如何進到難民營，又如何重返滿佈地雷的家園，在戰爭遺毒下重新恢復生活的循環。如今這些地雷已經被清除乾淨，這裡也成為我另一個家，讓我進行新的計畫，和數以千計的人一起合作，這也是一個循環。另一個機緣，則是當你成為母親以後，因為知道你的生命已經和其他人息息相關，每天早上醒來你想做的事會越來越多。當然囉，這世上有很多其他樂於助人的人，你不一定非要為人父母才有這樣的決心，但是當你成為父母後，你會開始想更多。

ELLE：如今你又成為嬌蘭與聯合國教科文組織共同推動的「蜂之女力計畫」的教母，那麼今年有了MJP基金會的加入，你的目標與任務又是什麼？

A.J.：今年我們有幾個新的目標。以前我們經常很廣泛地討論如何拯救世界，討論全球的授粉昆蟲數量如何銳減，牠們的重要性為何。而這個養蜂計畫之以重要，是因為背後有科學以為支撐：你必須研究、保育和了解各種不同的蜜蜂，以及培養牠們最好的方式。

這計畫也包含了對在地文化遺產的了解與尊重，因為每個國家都有自己特別一套養蜂工法需要被保存。而計畫的核心，也是在加強婦女的創業訓練，幫助她們累積經濟實力，以利生存。當你把科學研究、物種保存、發展社群和養家活口等所有概念聚集在一起，就是這次「養蜂計畫」的具體目標。

這個計畫可以在各種層面賦予婦女生存技能與保護，希望未來也可以為當地社群帶來經濟成長。當女人有了工作，她的生活就得到屏障，也更有能力繼續其他的事。

ELLE：這些女性就是「產生改變的人」，會因此得到知識並且將之傳遞給他人？

A.J.：當然，我們都知道事實正是如此。有研究指出，只要給予女性生活技巧，甚至只是食物，女性更懂得分享的重要，把效應擴散出去。

ELLE：你覺得婦女在社會中扮演了重要角色嗎？

A.J.：當然，但我們也必須很遺憾地說，婦女的重要性沒有受到應得的理解和尊重。阿富汗的女性至今還在為小六以後的教育權奔走，全球各地也有許多對女性的不公不義正在發生。當你知道的越多，你會越感驚訝。對此我已經研究很多年，但每天都還會有新的發現，訝異於女性到底面臨多少不公平對待和無法可治的犯罪行為。



2022年2月裘莉在她柬埔寨的家。

ELLE：我們可能從歷史吸取教訓嗎？

A.J.：我們原可能從過去學到經驗，卻也太常讓歷史的惡反覆上演，甚至在有些地區，人權發展不但沒有前進，反而嚴重後退。眼前可以帶來希望的，是讓女人團結在一起發出更多聲音、集結更大的力量，參與更多事務，彼此向上提攜、互助合作。這也是「蜂之女力計畫」所能展現的美妙之處。去年當這些婦女在法國接受訓練時我在現場，後來其中一名成員Aggelina Kanellopoulou來柬埔寨加入我們在當地的計畫，我看著她們一起展開計畫，也發展出友好的情誼，一切都很真實。她們學到了科學新知，經營了自己的小生意，一起打造成功的模式。我知道未來會看到越來越多這樣美好的例子持續發生。

ELLE：所謂女性賦權，就是由女性發起，把力量傳給更多女性。這個計畫始於嬌蘭CEO Veronique Courtois和UNESCO總監Audrey Azoulay，一路傳遞給十二位女性學員和你，最後才是蜜蜂。

A.J.：很需要啊！我們真的需要彼此的力量。隨著年紀增長，我越來越明白到，身為女性，在人生不同階段有不同的連結方式，甚至越老，會經歷越多的事情而越向彼此靠近。不管我去到世界哪個角落，都可以看著另一個女性而心有同感，儘管我們人生際遇大不同，我不懂得事情還很多，但對於「身為女人」這件事，卻可以有共同默契，這種默契不一定需要言語才能傳達，而我們也可以再多做點什麼，好推著彼此往前走，那結果是很美妙的。當女人聚在一起，的確可以產生神奇力量。

ELLE：你前後花多少時間參與柬埔寨的「蜂之女力計畫」？

A.J.：我的基金會在柬埔寨前後推行了十八年，等於將近二十年的時間，我們一直致力於和當地社群合作保育環境，這兩者是相輔相成的。我們也協助許多盜獵者轉型成為巡守員，給他們更多工作機會參與環境保育事務。在幾年前，我們開始接觸在地蜜蜂養殖這一塊。我們總是和當地民眾一起合作各種計畫，找出進步的方法。就在這時候，嬌蘭邀請我到柬埔寨進行拍攝計畫（編按：2019年裘莉帶嬌蘭前往柬埔寨拍攝新的Mon Guerlain香水廣告）。在這之前，嬌蘭和UNESCO已經合作各類養蜂計畫多年了。

ELLE：像嬌蘭這樣的美妝品牌會和UNESCO這樣的組織共同進行倡議，是不是還挺少見的？

A.J.：乍看是如此，但如果你了解香水產業的話，就知道花、蜂蜜和生態的關係其實很緊密，這之間的連結就不難懂了。嬌蘭向來重視原料的取材來源，也知道蜜蜂對生態系的重要性。我們這三個不同單位（包含MJP），各自帶著對蜜蜂的了解，一起促成這次倡議。嬌蘭希望可以藉此協助UNESCO的計畫。而和他們一起合作之後，我們也可以順勢推廣這次倡議，訓練世界各地的女性。

ELLE：你還記得第一次和這些養蜂婦女見面的場景嗎？

A.J.：她們人很好，帶給我的感動比我想像的還要多。她們做的事，不是只上了幾堂課就得到一張證書那麼簡單，她們很努力投入，苦幹實幹學習，非常了不起。其中有的人徹底放掉工作，好挪出幾週的時間接受訓練，這對她們來說是很大的轉變。

ELLE：這個計畫始於去年在巴黎的八位女性，今年搬到柬埔寨則增加為十二位。她們是誰？

A.J.：她們來自不同背景，目標卻是一致的，就是努力學習管理、科學、照護、實際田野工作的知識，成為獨當一面的專業人士。她們非常投入，表現也很好。看到她們並肩努力是很美好的經驗，我想像她們如何分享知識，又如何在過程中認識彼此。我記得有位法國學員對於柬埔寨的蜜蜂是多麼地嘖嘖稱奇。

ELLE：兩國的蜜蜂不一樣嗎？

A.J.：不論蜜蜂品種和蜂巢都不一樣，這真的是要到了當地才知道，原來這是另一個品種，牠的重要性為何，牠們面臨的危機又是什麼。然後你必須和當地人合作，找到新的募資或農作的方式，你才知道怎麼幫助她們。這些問題的始作俑者並不想幫忙，只因他們沒有提出需求，也沒受過任何訓練。但我們的基金會培養了一批「小小環境保護員」，他們也參與了這次的養蜂計畫，和女性一起受訓，學習關於蜜蜂的知識，所以除了婦女，這些孩子也有所收穫。當然計畫的主角是婦女，但她們也會把這個計劃概念傳遞給當地的男性。我基金會裡就有一個男性員工，他不僅協助基金會運作，也協助這些女性受訓，所以受益的不只是女性，儘管女性是計畫的主角。







ELLE：目前，大約有75%的耕作植物和90%的野生開花植物都要靠授粉昆蟲來繁殖，其中包含蜜蜂。你認為人們知道蜜蜂對維繫自然生態，甚至人類未來的重要性嗎？

A.J.：我們多少都知道森林、自然環境、生物棲息地存在的必要，我們也知道氣候變遷帶來的危險，這些我們都知道。我認為有時候正是因為危機迫在眉睫，大家選擇避而不見，因為一想到就傷心，卻又不知道能做點什麼來阻止它惡化。所以我們必須尋求特定且實際的作法，一起做出改變，一起創造意識，因為我們要學的還很多。

ELLE：藉著教育更多人，就可以達到目的嗎？

A.J.：例如教育關於蜜蜂和授粉昆蟲的知識啊，我們可以做的有很多，而把知識擴散出去也是很棒的事。這世上有很多問題看似難以解決，但有了這樣的倡議，即使小小孩也可以協助播下對的種子，日後長出對的花，或養出小小的蜂巢。在都市，你甚至可以在公寓頂樓或其他地方養蜂。

ELLE：去年你和攝影師Dan Winters合作，為National Geographic拍攝「世界蜜蜂日」（每年五月二十日）的照片。照片裡你身上爬滿蜜蜂，希望喚起大家對蜜蜂數量銳減的重視。拍攝的時候你會怕嗎？回想起來有沒有好的記憶？

A.J.：那次拍攝很美好，我並不怕蜜蜂，整個過程其實有點像在冥想，因為你必須保持靜止不動，但這對我來說很難做到！你只聽見耳邊一片嗡嗡聲，讓我聯想到柬埔寨和尚在誦經。蜜蜂的聲音很大，你被包圍住也只能保持呼吸，就像進入某種禪定。當時我小孩也在旁邊，他們不必跟我一樣保持靜定，但Shiloh和Vivienne身上也沾了幾隻蜜蜂。

ELLE：拍攝前必須做什麼準備嗎？

A.J.：拍攝前三天不能洗澡（大笑），他們說尤其不能噴香水或芳香產品，萬一身上留有香味，可能會引起蜜蜂誤會而被叮咬。如果牠們聞到你天然的體味，則會把你當成「另一個物種」，就會停駐在你身上，就像停駐在另個動物身上一樣。但若你身上有香味，牠們會亂了方向。說來好笑，因為嬌蘭賣的是香水，但當你身旁有蜜蜂時，是不該擦香水的。所以當時我們都蠻髒的，臉上也沒化妝，感覺蠻好的。畢竟一生沒有幾次機會，可以坐在那邊，什麼事都不做，讓另一個生物好好探索你全身上下。我非常喜歡那張照片，更勝以往拍的所有照片，因為它非常貼近真實人性，感覺很美好。

ELLE：你在控制呼吸之前有先練一下瑜伽嗎？

A.J.：我很不擅長這類的事，我從來沒練過瑜伽，也不會冥想。我裙子裡飛進了一隻蜜蜂，老實說，拍攝的當下我一直在想，如果牠真叮了我下半身，我是絕對不可能保持冷靜的。我試著不要驚慌，因為他們說如果你被叮了一口且反應激烈的話，其他蜜蜂會通通跑來叮你的，所以我只擔心裙底那一隻，但幸好最後我們都合作愉快。









安潔莉娜裘莉與UNESCO世界文化遺址吳哥窟，攝於2022年2月。

關於「蜂之女力計畫」

這個為期五年的「蜂之女力計畫」是聯合國教科文組織（UNESCO）與嬌蘭的合作專案，由LVMH擔任計畫媒介。本計劃有兩個目標：保育生物圈中的蜜蜂，同時藉由專業養蜂訓練以鼓勵女性創業。

預計到了2025年，本計劃將在全球25個UNESCO生物圈保育地中蓋成2,500個蜂巢，促成一億兩千五百萬隻蜜蜂快樂地進行授粉，五十位女性獲得專業認證，不僅以此成立自己的養蜂場，也積極參與在地與全球的社會助益專案，進而集結成更大的社群。

為持續推動女性賦權，2022年的「蜂之女力計畫」將搬師到盧安達和衣索比亞，2023年到中國雲南省和南美洲的亞馬遜流域。■

ELLE BEAUTY AWARDS TAIWAN

the best of SUNSCREEN 資優防曬新品一專業評選

隨著天氣越來越悶熱，紫外線的防禦也得同步升級！超高係數的基本配備搭配清爽無負擔的質地更受歡迎。

NO.1
18分

全護極致抗油光防曬亮白乳
UVA PRO SPF50+/PA++++，
NT.990（LA ROCHE-POSAY）。

NO.2
17分

安耐曬濾鏡美顏日間防護精華
SPF50+/PA++++，
NT.1,100（SHISEIDO）。



NO.3
15分

ALLIE持采UV高效防曬系列，
NT.850（Kanebo）。

1

全護極致抗油光防曬亮白乳 UVA PRO SPF50+/PA++++

創新的網孔結構極細小微粒材料科技，可大容量吸收150倍自身重量的油脂，全天長效吸油、不泛油光並抗汗水，質地清爽不黏膩。

李明川：上在肌膚時可以感覺到膚色有立即提亮的效果，自然的光澤感甚至比傳統的素顏霜來得更好，搭配底妝一起使用也能提亮妝感。

Yvonne：質地就像保養品般的水潤舒適，可當成日間保養的最後一步，且搭配後續底妝還能展現出自然透亮的細緻妝感。

2

安耐曬濾鏡美顏日間防護精華SPF50+/PA+++

今年全新更新的品項，蘊含多重美顏保養精華，全天給肌膚美肌活力。極清爽質地，不黏膩不泛白，不怕厚悶後續上妝也超服貼。

Daniel：可稱得上是日常通勤的完美輕盈防護，特別的是可將紫外線轉化為美肌光的技術，讓膚質在視覺上變得更緊緻彈潤、閃耀自然光澤感。

Yvonne：除了有效防禦紫外線的超抗曬效果外，依舊保有超防水的優點，耐摩擦的質地設計，即便爆熱流汗也還是很能持妝！

3

ALLIE持采UV高效防曬系列

今年除了海洋友善配方之外，部分品項還運用上超附著質地，不易因口罩等摩擦使防曬結構脫落的機能，讓防曬品也能保持精華液般的水潤質感。

Jasmin：就像是夏日肌膚的「輕內著」一樣，在肌膚表面無負擔，且還能抗摩擦、抗水、抗汗、不黏膩，成為完美的「美肌隔熱膜」。

Daniel：防止塵埃、PM2.5、花粉等懸浮微粒附著的概念很適合都會肌膚使用，除了防禦紫外線之外，也能幫助肌膚抵抗汙染傷害。



【台灣大賞評選團：美妝達人李明川老師、保養專家Daniel丹楓老師、ELLE美容總監Yvonne、ELLE專案企劃主編 Jasmin，四位美容專家各自挑選最喜愛的眼部保養前三名，第一名獲得5分，第二名獲得4分，第三名獲得3分。】

PHOTOS_GETTY IMAGES, DR. TEXT_YVONNE YANG REALIZATION_EVA LEE

ELLE BEAUTY AWARDS TAIWAN

美妝大賞 從 2010 年開始的 BEAUTY STAR 美妝之星，到 2012 年與全球 45 個版本共同合作，共同票選出業界最具公信力的 ELLE INTERNATIONAL BEAUTY AWARDS。我們發現到全球女性對於美妝保養都有著同樣的渴求，每個月，也針對台灣地區的美妝新品進行專業票選，同步挑選出給予專業資訊與專家背書的台灣大賞！



PERFECT UV PROTECTOR

2022防曬新標竿

戴了口罩就忘記防曬？小心無所不在的陽光紫外線會造成肌膚的傷害，
更輕盈且更符合環保訴求的防曬品紛紛推出，絕對有符合你需求的安心好選擇！

PHOTOS_GETTY IMAGES, DR. TEXT_YVONNE YANG

別讓口罩降低防曬的意願

口罩無法100%完全阻擋紫外線傷害，不擦防曬只上底妝，
對UV防護力仍舊不足！



輕盈透氣且能兼顧潤色

為了滿足防疫生活戴口罩時的防曬能持續長時間清爽透氣舒適，並解決油性與混合性肌膚使用防曬後出油不適感，理膚寶水新推出的全護極致抗油光防曬亮白乳的極度輕盈清爽質地，可吸收自體體積高達150倍以上油脂，達到長時間絕佳控油功效，同步降低並預防曬黑及光老化等問題，添加的高效亮顏成分功效超越一般素顏霜，瞬效提亮膚色、打造清爽透亮輕美肌。

迪奧為敏弱肌膚設計的精萃再生光燦全效BB霜，透過「物理性礦物防曬」帶來長效防護的效果，並同時兼具卓越保濕潤澤呵護，可改善膚色不均與黯沉，為肌膚架起全方位柔光防護罩。

Za美肌高效防曬霜能充分抵禦紫外線，並兼具妝前打底、素顏霜等多重功效，一抹瞬效美肌，就算陽光再強也能自信面對不怕曬！

延續日間抗老保養需求

紫外線絕對是老化的頭號敵人！sisley的Sunleÿa G.E.提升了防禦和保護的效果，將防曬系數提高至SPF50+，很適合熱愛戶外運動並長時間曝曬於太陽下的人，輕盈且柔滑、肌膚瞬間保濕。

嬌蘭的蘭鑽氧蘊極光白金隔離乳可在肌膚上形成一層特殊的防護罩，提供極高防曬力，富含蘭鑽抗老與亮白精華技術有助於對抗外部傷害。

高絲雪肌精最頂級的雪肌精御雅系列，為追求極致的抗老保養、防護環境所帶來的損傷，集結了大自然的恩惠推出兩款抗老防曬乳。其中強效型的配方添加金雀花根淬取液，可徹底守護肌膚預防紫外線所造成的肌膚粗糙與乾燥。

TUNEMAKERS渡美原液防曬乳含有高達90%保養原液成分，可有效協助肌膚保濕、亮白，降低曬後肌膚不適感並協助緊緻毛孔。

ORBIS全能盈白精華防曬乳今年推出2倍增量版，零黏膩、零緊繃感的水潤精華乳質地快速好推開，並加入有日本厚生省認證具淨白效果的W菸鹼醯胺成分，全方位協助肌膚防禦因日曬造成的細紋、斑點。





眼唇也要注重紫外線防禦

鼻子、嘴唇、臉頰、耳朵、眼周、額頭等區域，都是臉部較為敏感的部位，尤其眼周和唇周肌膚比臉部肌膚薄，加上眼周肌肉平均每天運動10萬次，更容易乾燥而出現老化現象，這些都是防曬護理中不能忽視的小細節。

1.美肌高效防曬霜SPF50+/PA++++，NT.320（Za）。
2.全護極致抗油光防曬亮白乳UVA PRO SPF50+/PA++++，NT.990（LA ROCHE-POSAY）。
3.精萃再生光燦全效BB霜 SPF50+/PA++++，NT.4,000（Dior）。
4.雪肌精御雅琉光瑩潤防禦精華乳#強效型SPF50+/PA+++，NT.1,050（KOSÉ）。
5.原液防曬乳SPF50，NT.980（TUNEMAKERS）。
6.蘭鑽氧蘊極光白金隔離乳SPF50/PA+++，NT.5,700（GUERLAIN）。
7.全能盈白精華防曬乳SPF50+/PA++++，NT.2,500（ORBIS）。
8.Sunleÿa G.E.抗皺活膚防曬精華SPF50+，NT.7,800（sisley）。
9.新豔陽．夏熱防禦防曬果凍棒SPF50+，NT.1,350（SHISEIDO）。
10.極致眼唇修護防曬精華SPF50+，NT.3,100（sisley）。

ELLE BEAUTY AWARDS TAIWAN

海洋友善配方選擇更豐富

隨著環保意識越來越受重視，戶外玩水能安心防曬且不破壞生態平衡的產品也越來越多元！





配方更友善

資生堂國際櫃的新豔陽．夏系列，去年升級版便是專櫃美妝品牌中率先遵循夏威夷州法律之防曬產品，不含會造成珊瑚白化的二苯甲酮及甲氧基肉桂酸辛酯，並擁有超抗溶質地。

佳麗寶的ALLIE防曬新技術也訴求「海洋友善配方」，以新開發的菱格網UV防護膜技術兼顧高防曬係數並降低黏膩，甚至有部分防曬新品也運用了防止塵埃、PM2.5、花粉等懸浮微粒附著的技術，不易因口罩等摩擦使防曬結構脫落的機能，更可長時間保持精華液般的水潤觸感。

曼秀雷敦的水潤肌純物理戶外防曬乳液，無添加對海洋生態有傷害的防曬成分，不僅是海洋友善、更是100%純物理防曬，高濃度且溫和的物理性防曬，在愛護海洋的同時也保護肌膚。

帛琉及夏威夷已於近兩年禁止使用、販售、攜入含有二苯甲酮與甲氧基肉桂酸辛酯兩種有害珊瑚成分的防曬品，霓淨思的海洋友善防曬系列除了不含上述兩種危害珊瑚成分外，更進一步排除第三方組織HEL指出的11種常見防曬添加劑及其他可能影響海洋生物成分，對肌膚與地球都更溫和。

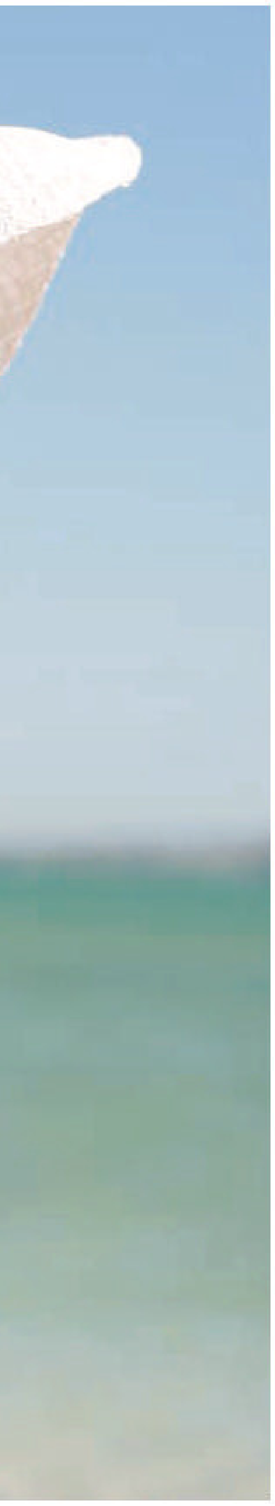


包裝更環保

在外包裝上也盡量環保愛地球，佳麗寶的ALLIE系列今年也與夏威夷觀光局合作，外包裝不但訴求減塑，還有限量商品的回收再利用行動，日本Kanebo也會將一部分營業額捐給進行海灘環境保護活動的團體，積極的保護環境永續發展。

包裝極簡的Dr.CINK襈黑極效防曬精華乳全成分也都通過夏威夷海洋友善認證，守護肌膚的同時也一同守護海洋生態。

法國Acorelle全護植萃防曬系列包含身體防曬、臉部防曬及寶寶防曬，皆為高效型物理性防曬，不含會破壞珊瑚的防曬成分，可保護海洋生態，創造永續環保。此外，每銷售出一瓶即捐贈1%給予歐洲衝浪者基金會用於海洋及珊瑚礁保育。



敏感肌與寶寶專用

夏季強烈的紫外線不僅會造成肌膚紅腫、黯沉，還可能引發更嚴重的肌膚問題，尤其是脆弱的幼兒肌膚，也需注重防曬。DHC小獅子呵護防曬乳完全無添加任何化學合成的紫外線吸收劑，並具有極佳的抗汗性及防水性，即使在悶熱、容易出汗的夏季也能賦予寶貝肌膚清爽的使用感，非常適合旅遊或平日外出時使用。

而FANCL的長效清透防曬露50+，以超水感舒適質地，搭配純物理性防曬，賦予肌膚完善的防護。資生堂安耐曬系列也有款保濕膚觸、使用感舒適的溫和型防曬凝膠，敏弱肌膚及幼童可使用的低刺激配方搭配水凝防禦膜科技，讓UV防禦膜遇汗、遇水時變得更強悍、不易脫落，即便是常流汗的孩童也很適用。

懶人必備高防曬妝前飾底

紫外線一直是大家最害怕的肌膚殺手，沒有全面的防曬，肌膚不僅容易變得乾燥粗糙，光老化也會提早報到。資生堂ANESSA安耐曬今年首度推出第一支保養精華液，首創研發的「美肌光轉化科技」，運用獨家成分使紫外線照射到肌膚瞬間，轉為美肌能量，折射宛如自帶「腮紅濾鏡」般的紅潤好氣色。

RMK採用全新凝膠膜技術，以凝膠狀的保濕成分包裹住隔離紫外線成分和粉末，具有高效抗UV的防護功能外，肌膚不乾澀也不浮白，實現具保濕感的防曬保護塗膜。

后的拱辰享雪白提亮防曬水氣墊以極低溫炮製甘菊水，搭配七香八白散及雪甘散等頂級韓方成分，上妝同時為肌膚達成保養、淨白、保濕、防曬等多重功效，柔滑絲綢般質地輕拍於肌膚，呈現出若有似無的輕薄貼合感，賦予自然匀亮妝效。

Bobbi Brown的冬蟲夏草氣墊添加糖海帶及沙棘成分抑制肌膚油脂分泌、舒緩肌膚，輕盈的光澤粉體，打造無油感輕透水光，並結合超高防曬係數，完美隔絕紫外線傷害。■

1. 海洋友善防曬系列水感全效防曬乳 SPF50+/ ★★★★，NT.650（Neogence 霓淨思）。
2. 新豔陽・夏水離子熱防禦 UV 隔離露 SPF50+/PA++++，NT.1,650（SHISEIDO）。
3.ALLIE 持采 UV 高效防曬乳 EX SPF50+/PA++++，NT.850（Kanebo）。
4. 水潤肌純物理戶外防曬乳液 SPF50/PA++++，NT.800（曼秀雷敦）。
5. 禦黑極效防曬精華乳 SPF50+/ ★★★★，NT.990 （Dr. CINK）。
6.Acorelle 全護植萃防曬乳 SPF50，NT.1,250（唯有機）。
7.ALLIE 持采 UV 高效防曬亮顏飾底乳 EX，NT.850（Kanebo）。
8. 雪晶靈透亮輕盈 UV 隔離霜 SPF50+/PA++++，NT.2,200（Dior）。
9. 安耐曬濾鏡美顏日間防護精華 SPF50+/PA++++，NT.1,100（SHISEIDO）。
10. 長效清透防曬露 50+，NT.1,140（FNACL）。
11 小獅子呵護防曬乳，NT.380（DHC）。
12. 安耐曬水寶貝敏感肌高效防曬凝膠 N SPF35/PA+++，NT.790（SHISEIDO）。
13. 高效 UV 持妝隔離霜 SPF50/PA+++，NT.1,400（RMK）。
14. 拱辰享雪白提亮防曬水氣墊 SPF50+/PA+++，NT.1,780（Whoo）。
15. 高保濕修護精華氣墊粉底 SPF40/PA++++，NT.2,300（Bobbi Brown）。



15



8 9 10 11 12 13 14

Beauty Q & A

1



2



Q：毛孔粗大問題能透過一般保養品來改善嗎？

A：KIEHL'S以皮膚科醫師配方「專利A醇」搭配獨創微分子三合一結構技術，透過神經醯胺與超級胜肽層層包覆精純A醇，幫助促進代謝、細緻毛孔和撫平紋路，達到由裡到外的平滑細緻，還能提升表面緊實度。

1.A醇全能新生抗痕精華，NT.2,200（KIEHL'S）。

Q：長時間盯著電腦跟手機，雙眼倍感疲累！

A：使用眼部保養產品可搭配輕柔的按摩釋放壓力，蘭蔻透過專業級親膚白鋼材質，創造出如指腹般溫柔按摩眼周的冰珠，細緻圓滑的冰珠搭載專利彈力按摩球設計，零死角精準貼合眼部肌膚，使每次按摩眼周肌膚的力道更穩定、更平均、更深層，達到改善黑眼圈、泡泡眼、紓解疲憊感的絕佳效果。

2.超未來肌因冰珠亮眼粹，NT.2,800（LANCÔME）。

Q：夏天容易流汗，眼妝到了下午就暈開怎麼辦？

A：sisley新推出的液態眼影透過獨家的乳霜轉化粉體科技，可在上妝同時快速液態轉換成粉態，不但易於延展打造璀璨眼妝，還能完美持妝長達8個小時，並讓脆弱眼周肌膚享受不斷注入水分的滋養感受。

3.植物光感眼影晶露，NT.1,600（sisley）。

Q：夏天頭皮好容易產生異味……

A：美妝達人Kevin老師說：「唯有將頭皮洗乾淨，才能杜絕所有頭髮、頭皮問題產生。」basiiK以天然有機成分幫助頭皮油水平衡，提升保濕度，進而舒緩異味及落髮現象，使頭皮維持健康狀態，同時還添加法國百年莊園頂級精油香氛，舒緩身心壓力。

4.微生自律循環頭皮淨化液、微生自律循環0矽靈潤髮滲透精華，NT.1,080、NT.980（basiiK）。

4





3

PHOTOS_GETTY IMAGES, DR. TEXT_YVONNE YANG

編輯嚴選——戶外新生活的最佳夥伴

近年來，露營、戶外活動與國內輕旅遊成為許多人不能出國時的休閒選項，
打包行李時不想瓶瓶罐罐，又要考量到保養、清潔與防曬等細節，在這裡，提供給喜愛戶外生活的你，
兼具實用與功能性的美妝護膚提案。





Digital Beauty Managing Editor Sandy



Senior Digital Beauty Editor Michelle

1.戶外活動時，防曬絕對是最重要的！ALLIE新的防曬水凝乳含玫粉光色，可以修飾黯沉，而且抗汗抗水，臉和身體都可用，用一般的洗面乳即可卸淨這點很加分！
持采亮化UV防曬水凝乳，薔肌玫香#02，NT.730（ALLIE）。

2.出外旅遊時不想帶瓶瓶罐罐，一罐機能水就可取代前導精華與化妝水，超能水可緩解肌膚乾燥泛紅，為日曬一整天的肌膚補水安撫，拍兩次能感受恢復水嫩飽的膚觸。
超能修護精華露，NT.3,900（LA MER）。

3.頂了一整天的防曬與粉底，清潔一定要徹底進行！潔面精萃綿密的乳霜泡沫含有植萃配方，能深層潔淨髒污同時保養肌膚。
完美肌膚R系列潔面精萃I，NT.3,900（TOM FORD）。

4.旅遊最怕氣色差，這款頂級保養型氣墊不但有高達SPF50防曬係數，超美的妝感更是讓人被圈粉，在達到光澤感之餘也有控油作用很適合後疫情時代。
拱辰享雪白提亮防曬水氣墊SPF50+/PA+++，NT.2,100（Whoo后）。

5.這支完全可以取代護唇膏！擦在嘴巴上是超可愛的焦糖玫瑰調，宛如一層唇膜既不顯唇紋還能保養乾裂嘴唇。
滋養潤唇油 #05 Rose Kola可樂果玫瑰調，NT.1,800（HERMÈS）。

6.噴在髮根上輕盈無過多粉感，同時還有卡詩頂級木質柑橘、橙花香調，小旅行即使不洗頭也能擁有又香又蓬鬆的髮絲！
粉輕盈蓬蓬乾洗髮，NT.1,100（Kérastase巴黎卡詩）。

PHOTOS_GETTY IMAGES, DR. TEXT_SANDY HSU

全球女性大型運動盛會

Women'sHealth FIT NIGHT OUT 美力運動派對

美力助教簡嫚書、林可彤、林又立與多位KOL們一同出席，
邀請百位女孩們感受運動的美好！同步舉辦最貼近女孩的「美力市集」，
各式互動攤位照顧女孩全方位身心感受！





簡嫚書與女孩們一起動起來！

凡報名FIT NIGH OUT活動的學員，
皆可獲得每人一份精美豐富的好禮！



學員報到入場準備用運動開啟一天的美好





百位學員們由老師帶領舒筋伸展



流動瑜珈 - issac老師

拳擊有氧 - Kate 老師





樂活彈力帶 - Aria老師

舞蹈派對有氧- Eddie老師（左）、舞蹈助教（右）





雕塑瑜珈 - Rucy老師

熱汗有氧芭蕾 - Chennie老師





Women's Health 舉辦「FIT NIGHT OUT」美力運動派對，於5/21（六）台北三創生活園區12樓多元展演廳盛大展開！每年在全球各國聚集千名女性朋友一起運動！以女性健康為宗旨，邀請女孩們用一天的時間來體驗各類型的運動訓練，由專業教練帶領大家入門運動，此次課程特別與Space Cycle的專業老師群共同規劃從肌力訓練到伸展修復等運動菜單，並邀請DJ現場帶來熱力音樂表演，要大家一起感受運動所來的美好！



健身網紅教練
Candice
到場支持活動



DJ Ashleybaby



DJ ENYA



DJ Luna

台灣首場舉辦

林可彤、林又立
現身美力運動派對
教大家疫情在家也能安心運動

藝人林可彤、林又立也一同共襄盛舉「FIT NIGHT OUT」美力運動派對，提供所有學員Hyphy彈力帶來體驗運動，並出席記者會化身FIT NIGHT OUT活動運動親善大使，鼓勵女孩們愛自己為健康動起來，身為Hyphy創辦人的她們，也現場教學如何使用輕便彈力帶就能美麗輕盈的輕鬆運動。



林又立

林可彤



教練帶領學員們一起揮灑美力汗水

簡嫚書



簡嫚書示範夏日健身菜單



林可彤&林又立出席美力運動派對記者會示範彈力帶運動

簡嫚書擔任美力助教
不藏私設計5組必瘦菜單與百位女孩齊運動

為鼓勵大家運動並提升運動士氣，特別邀請美力助教簡嫚書陪大家一起運動，舉凡HIIT、瑜珈、皮拉提斯、抗力球、攀岩…等運動都難不倒她的簡嫚書，現場也與大家分享產後的瘦身心法，並無私設計5組必瘦菜單教大家如何瘦得健康有曲線，身體力行與百位學員們一同渡過美力運動午後。

心、口、動一次滿足！
最貼近女孩的「美力市集」初登場

5/21（六）-5/22（日）連兩日於三創生活園區1F十二立方，同步舉辦最貼近女孩的「美力市集」，現場提供健康飲食、冥想頌缽、運動補給及各式特色互動攤位，眾多品牌共襄盛舉：MYLALA、春天會館&約會專家、澳洲Vetta高蛋白義大利麵、ness wellness、NISOROFIT精品級健身房、Wondercise 健身互動體驗區，及Women's Health X Wondercise全台巡迴首次曝光的「美力體適能機」。而「這群人」成員-木星及健身網紅教練Candice都到場參與這次盛會，並為各位女孩們搶先帶逛市集，活動不僅讓女孩們有動有吃又有玩，更照顧妳全方位身心感受！





這群人成員-木星搶先為大家帶逛豐富市集攤位

1.澳洲Vetta高蛋白義大利麵。2.MYLALA。3.春天會館&約會專家。
4.ness wellness。5.NISOROFIT精品級健身房。
6.Women's Health×Wondercise 聯名打造「美力體適能測驗機」。
7.Wondercise 健身互動體驗區。















專屬結訓證書及活動好禮完整了一天的運動美好

Women's Health為每位學員準備專屬結訓證書，在完成課程後皆能至學員證書拍照區拍照，紀錄妳揮灑汗水的美力時刻。除了運動，更提供參加者豐富好禮，包括健身配件、營養補給、美妝美體小物都幫妳備妥！



主辦單位

Women'sHealth

課程協力

Space

贊助單位

MyLaLa　Viva萬歲牌　TANITA　Vetta　amazfit　SAWAA　凱娜　LA MORCOM　春天會館　hyphy　賽吉兒 SAUGELLA

Omefree　dalli　YUYU　juliArt　Sunlus　Ora²　Influenxio　網紅配方 ProFluencer　WONDERCISE　MyMusic　ness　NIHT

ELLE *EVENT*



廢鏡新思 回收1.6萬支眼鏡打造哥吉拉

日本眼鏡品牌JINS以行動響應聯合國SDGs政策，今年首次發起「廢鏡新思」計畫，號召民眾到門市回收廢棄眼鏡，總共收集超過1.6萬支回收眼鏡，由生態創作藝術家「李翊楷」巧妙打造成近2公尺高的「破鏡重生-哥吉拉」。JINS表示，將廢棄眼鏡打造成哥吉拉，是因「電影中哥吉拉除了代表著大自然對人類的反撲外，同時也是恢復大自然平衡的王者」，希望呼籲大眾共同守護我們所居住的地球。日前揭幕儀式因品牌代言人陳昊森仍在自主健康管理期，以分身「霸氣大暴龍！-陳昊龍」出席，代表免費發送250個小盆栽，本尊則透過VCR和粉絲見面。即日起至6/5（日）只要到台北市大稻埕貨櫃市集和「破鏡重生-哥吉拉」合照，再將照片上傳至個人IG並#JINSTaiwan #破鏡重生哥吉拉，即可獲得限量哥吉拉玻璃杯「續杯」一個。



JINS品牌代言人陳昊森透過VCR和粉絲見面



（由左至右）
JINSTaiwan邱明琪總經理
生態創作家李翊楷





「月桂女神」Ella擔任新開幕的信義形象概念店一日店長。

月桂女神Ella 為時尚品牌浪漫開幕

台灣時尚配件品牌ROBINMAY日前首度插旗流行大本營信義區，邀請代言人「月桂女神」Ella擔任新開幕信義形象概念店一日店長，化身「月桂女神」親臨現場，寬敞明亮空間，由整體色系、花藝、編織擺設等各處細節，展現出浪漫雅緻又放鬆隨興的時尚氛圍。解接更示範最愛的ROBINMAY全新企劃「BOHO-CHILL」新品「月桂女神手提包」的波西米亞風穿搭，傳遞「因為時髦，所以自由」的生活態度，邀請RM粉們，「將重心放在自己身上，擁抱當下的美好，EVERYDAY “LOVE” ROBINMAY，展現自己最美時刻。適逢ROBINMAY六週年，進駐各大百貨專櫃，更至信義威秀商場開設形象概念店，同時推出「BOHO-CHILL」全新企劃兩款主打包「月桂女神手提包」及「鉑斯皇冠斜背包」，象徵白晝與黑夜，即刻感受波西米亞生活態度，展現迷人魅力。

ELLE

LIFESTYLE

DECO. DESIGN. TRAVEL. STARCAST



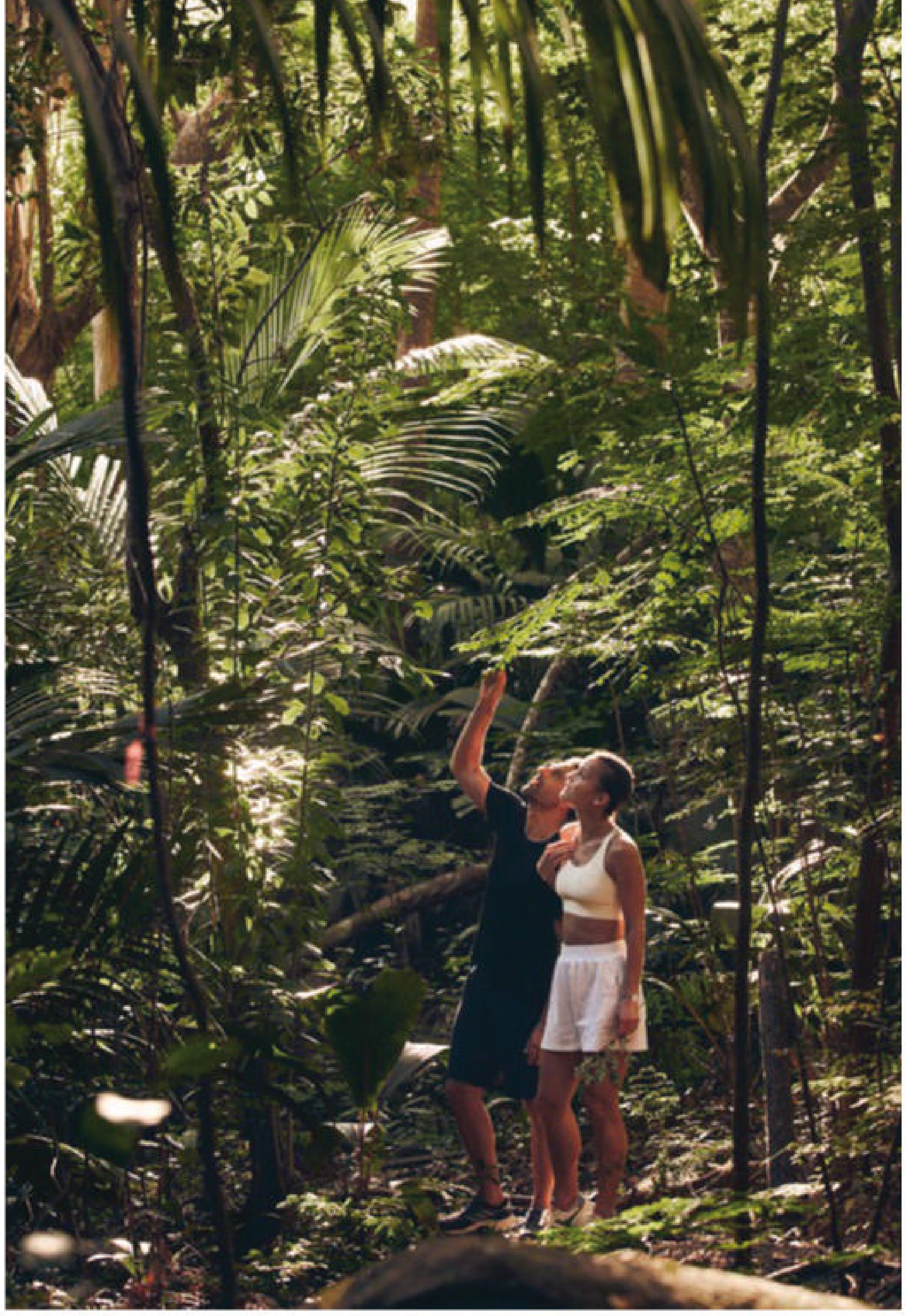
PHOTO_CLUB MED SEYCHELLES

ISLAND *GETAWAY*

擁抱無限的藍 從綠島到塞席爾

潛進大海最深的一片蔚藍，飄浮在宛如青空的淺藍海水，在沙灘任一波波青藍浪花溫柔襲來……從綠島到塞席爾，這個夏天在世界的一座座小島、以設計寫下浪漫的最新旅館，來場身心靈悸動的藍色逸遊！









世界最奢華的小島 塞席爾

這是一個沒有冬天的地方，也是一個被無限蔚藍環繞的群島，它就是Seychelles塞席爾。

位於東非外海的塞席爾，因為成為英國威廉王子與凱特王妃的蜜月旅行地，而一夕爆紅。其實，早在王子王妃來此蜜月之前，這裡就是歐洲名流們秘藏口袋的夢幻度假地。在這個由115個小島串聯而成的群島國家，最新出現的飯店，是Club Med Seychelles。呼應被譽為全球最奢美小島的氣質，Club Med選擇頂級奢華系列度假村最新力作，落腳於距離塞席爾首都馬埃島（Mahe）約莫15鐘船程的私人島嶼上，位於全球少數古老的海洋保育區域、聖安妮海洋國家公園Sainte Anne Marine National Park之中，坐擁最完整的海底自然生態和極其原始的熱帶叢林，讓人在登島之際，瞬間彷彿進入「魯賓遜的奇幻之旅」。

因此知名室內設計師Gauthier Guillaume，就以奇幻之旅的概念，貫穿度假村的整體設計，棕櫚樹、海底熱帶魚為主軸，象徵青綠、海藍為主色調，打造海洋風度假空間，度假村內大部分的房型，都可飽覽印度洋海景，面對大海的禪風小屋、成人專屬靜池、瑜珈空間與圖書室……一島一度假村的奢華設定，更讓整座島嶼的絕美風景，專屬於你。此外，躺進秘境沙灘、漫遊古老叢林，在海天一色中跟著G.O在SUP上做漂浮瑜珈、潛入透明系大海與海龜相遇，搭上帆船在島嶼之間欣賞日落……這些奇幻之旅，是真正的此生必遊。

Club Med Seychelles
www.clubmed.com.tw
@clubmedseychelles





Hijau青嶼 味旅行館
hijau.com.tw
@hijau_tw

有溫泉的熱情小島 綠島





火山，給了這座小島最美的禮物。中新世時期的一場海底火山爆發、冷卻後熔岩經板塊運動的推擠隆起，讓太平洋多了一座小島，它就是綠島。火山造就這座小島，也給了它獨特的岩石山丘地貌，這是山與海並存的小島，還有獨一無二的海底溫泉。還有什麼比躺進溫泉大海、被星辰銀河環抱更浪漫呢？

這座總是讓人悸動的熱情小島，吸引旅人無數，也吸引了台中星野餐飲集團投身於此，打造集團第一家海島旅宿，「Hijau青嶼 味旅行館」，特別以馬來語「Hijau」來命名，語意為綠色，既呼應了所在地綠島，也展現旅宿希望回歸自然之意。

不同於一般台灣離島提供單純住宿，星野餐飲集團擁有頂級粵菜餐廳与玥樓、米其林二星餐廳JL Studio、南洋風時髦餐酒館Chope Chope Eatery等厲害餐廳，他們也以「Tasting the Island」的概念，設計Hijau青嶼，四層樓的建築，二樓以上是客房，一樓是呼應海島氣息的Pinococo地中海料理餐廳與酒吧，這是星野旗下的台中人氣餐廳Pinococo唯一分店，在此享受一頓度假大餐，以大海漁穫為最鮮食材、以義式料理為烹飪手法，讓味蕾盡情感受自然滋味。空間部份，則以收藏島嶼氣息為設計出發，香杉木、石材等自然素材，交織成靜謐氣息，12間客房，分為街景、海景雙人、三人與四人房，其中部份海景房，甚至擁有露台，可以盡情擁抱深邃海灣光景。



PHOTO：原間影像工作室朱逸文



PHOTO：原間影像工作室朱逸文

天人菊綻放人文之島 澎湖

初夏時節，在湛藍晴空下的天人菊，在貧瘠砂礫間盛開，隨海風搖曳，嶄露強韌生命力，這是菊島澎湖最獨特的美景。而澎湖除了天人菊，澎湖的風更是強勁狂野。冬天時，夾帶高鹽分的東北季風不斷吹襲，早期澎湖人為保護農作物免於風害，採集珊瑚礁岩咾咕石，堆疊成矮牆構築防護空間，成為當地特色「菜宅」人文地景。

過去的澎湖，用咾咕石矮牆防海風，維護賴以維生的農食；今日的澎湖，要用什麼樣建築維護哪些珍貴資產？以「緣（Enishi）」為理念的Enishi Resort Villa，基於這樣信念，於焉誕生。主人劉淑芬表示，澎湖的夏天很美，但冬天也很獨特值得一遊，因此將祖先留下來土地，蓋出一棟能與四季共存、緣聚各地旅人的特色建築。

為了實現這項工程，結集了日本建築師前田紀貞團隊及台灣、美國等世界各地熱愛澎湖的職人，歷經六、七年漫長歲月才完工，用最純粹原始的清水模屋牆，以抵擋強勁澎湖海風建築，凝聚旅行中難能可貴的緣分。該建築更榮獲「ADA新銳建築獎」首獎肯定，成為澎湖最獨特經典的民宿。

Enishi Resort Villa對外幾乎不開窗，以中庭天頂採光，搭配綠色植栽，充滿日式侘寂美學氛圍，樓梯與走廊高低起伏錯落，室內線條更會隨光影變換，把手及備品托盤更襯以高質感皮革，置身在Villa彷彿進入美術館，每一處都值得留影紀念。

PHOTOS_ KIKA CHEN, 原間影像工作室朱逸文，拾微設計，Hijau 青嶼 昧旅行館，HOTEL LA PALMA, BANYAN TREE ESCAPE, ENISHI RESORT VILLA, REGENT PHU QUOC TEXT & EDIT_COCO HUANG



峇里島悅榕逸境度假村
Buahan, a Banyan Tree Escape
escape.banyantree.com
@banyantree.escape



被眾神祝福的島嶼 峇里島

在印尼13,600多個島嶼中，峇里島一直是最獨特的存在，不同於大多數印尼人的信仰，峇里島人民信奉印度教為主，相信著萬物皆有靈，從台階、雕像、寺廟神龕，都少不了芭蕉葉編織小花盒，虔誠供奉著眾神，朵朵繽紛，裊裊薰香，為信徒們帶來神聖的精神依託，更成為全球旅人的療癒聖殿。

在這座被眾神祝福的島嶼，在北烏布區山間叢林深處，今年夏天六月即將有座全新奢野度假秘境飯店，由悅榕集團打造的首家悅榕逸境度假村Buahan, a Banyan Tree Escape正式開幕。

深入叢林深處的16棟極致隱密的別墅，以自然沉浸式款待體驗，別墅空間設計，僅以一層薄紗，將下榻空間與自然相隔，開闊的室內外起居空間融合一起，就像是與自然親密的坦誠相見。度假村各處也規劃了隱秘休憩點Hideaway Spots，隨時擁有與自然獨處的空間，讓人全然放鬆卸下疲憊，靜思、閱讀、放空發呆，或舒展身心，完全可以來一場心靈的恬靜逃逸。度假村中央設有開放式用餐空間和客廳休息空間，菜單中七成的選擇為純素菜餚，精選食材來自距離度假村一小時車程的本地社區，並規劃「農場到餐桌」零廢棄理念體驗，以推廣當地採購哲學及保護傳統技巧，讓你從身到心都盈滿療癒。





自然靜謐漁村奢華變身 富國島

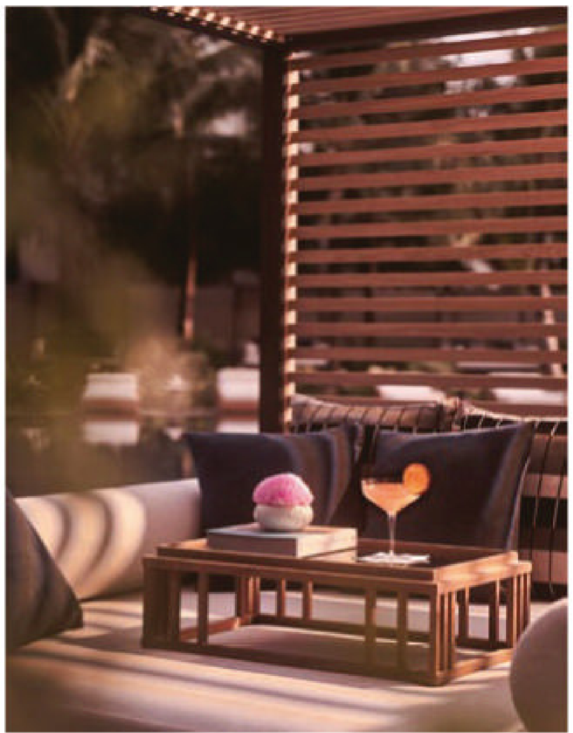
伴著海上月光入睡，在綠意中醒來的，在越南富國島Phu Quoc，藍天碧海，是永看不膩的一幅畫。富國島位於越南西南沿海，由一座主島和21座小島組成，其中近一半島嶼屬於國家公園保護區，動植物自然生態多樣豐富，起伏山巒覆蓋著茂密熱帶叢林，而長達150公里的海岸線，有著舉世聞名的白色沙灘，更有著保持最初天然純樸的漁村風情。

洲際飯店集團旗下的麗晶酒店，將品牌奢華傳統悉心揉合越式柔美風情，在東南亞的首家度假村「富國島麗晶酒店」於今年春天開幕了，坐落於越南西南海岸，毗鄰長灘及聯合國世界生物圈保護區，遠離塵囂，自然靜謐，展現出乎意料的和諧美感與奢華風範，一開幕即成為旅遊熱門話題。

由國際知名設計公司Blink Design Group操刀設計，揉合傳統越南美學和當代設計品味的176間套房與126棟別墅，被蔥鬱花園和茂密熱帶雨林擁抱，隱於棕櫚樹蔭蔽之下，色調柔和淡雅，大幅觀景窗和陽台讓室內充滿自然光線，暢泳於私人無邊際泳池，與世隔絕的無垠海景，令人忘卻紛擾，回歸和平與寧靜。



富國島麗晶酒店Regent Phu Quoc
phuquoc.regenthotels.com
@regentphuquoc





拉帕爾馬飯店 Hotel La Palma
www.oetkercollection.com/hotels/hotel-la-palma
@lapalmacapri





上帝遺落在地中海的藍寶石 卡布里島



上帝在地中海畫出了夢幻卡布里島藍！義大利卡布里島Capri，早在羅馬帝國時期，就已是皇帝御用度假島嶼。1822年，卡布里島誕生了第一家飯店「拉帕爾馬飯店Hotel La Palma」，兩百年來，吸引無數歐洲藝文界人士造訪，藝術家們也不吝在飯店留下自己的創作作品，有些是即興寫下，有些是拿來抵住宿費用，這些無價的藝術作品，讓拉帕爾馬飯店一再創造傳奇。

今年7月1日，它將再次締造歷史，歐特家飯店集團Oetker Collection找來了被泰晤士報譽為設計大師的Francis Sultana為飯店進行全面改造，重新開幕的拉帕爾馬飯店，再次華麗變身創造經典，成為卡布里島上最新藝術設計飯店。



卡布里島是座浪漫主義的島嶼，有偉大的美學歷史，於是設計師參考島嶼及海岸的樣貌，以義大利導演費里尼於1960年的電影作品《生活的甜蜜》為靈感，結合義大利藝術家和專業工匠，包括Roberto Ruspoli的壁畫、Luisa Lambri藝術作品、知名的Bonacina純手工藤製家具，以及義大利衛浴品牌Stella量身訂製的衛浴設備，重新打造50間舒適恬靜的客房，以白色為基調，輕盈點綴地中海藍色、綠色、綠松色及棕櫚樹印花圖騰，訂製家具和織品、大理石、仿古鏡和青銅裝飾，更彰顯了地中海優雅風情。■

SPECIAL COLUMN

Travel Diary

我連做夢都在工作，好像是跟某部戲有關的行程。我閉上眼睛，雙腳交疊，玻璃杯上有一朵雲，呼出一口氣就煙消雲散。

我坐在艷陽下的戶外座位，裝著冰咖啡的塑膠杯沁著許多細緻的小水珠，生活都沒變，只是我改了裝備。

由起床開始，很慢很慢地去做每一件事，每一個動作、每一個呼吸，我都專心感受，不急不徐。吃飯，看電影，睡午覺，整理房間，沖咖啡，把花修剪好插到花瓶裡，垃圾回收分類，做一杯檸檬氣泡水。很奇怪，專注於眼前當下，好像就感覺不到時間這件事。於是生活自我重疊，不知今夕是何年。

這兩天看了點書，瑞蒙卡佛很棒，不愧是連村上春樹都欣賞的作者，在這種被世界遺忘的狀態下我還看得下去，並且很享受這些故事，他跟蕭熠完全沒有浪費我行李箱的空間和重量，非常值得。

白天很多時間我連音樂都沒有放，就只是看著落地窗外，那些蓋的很高的建築物，和遠處經過的車子。日落的時候陽光的顏色最溫暖，輕輕的，橘橘的，不像白天那麼憤怒。

如果這時候重複播放Inara George唱的〈What a Wonderful World〉，會促使你幻想自己由高處往下跳的場景，躺在酒店花園餐廳的地板，姿態可能有些怪異，那些桌椅和遮陽傘被撞的亂七八糟，房間所有的物品保持著原來使用到一半的樣子，音樂仍在播放。

一切都跟著太陽輕輕地沉下去，沉到永恆的縫隙裡面，時間就靜止在這裡。

坦白說我有點想不起來，出發之前的我究竟有著什麼樣的心情，那些東西都離現在的我好遠，也很像在回憶別人的事。我卻只記得一些破碎的瞬間，阿妹唱心痛比快樂更真實不是沒有道理的。

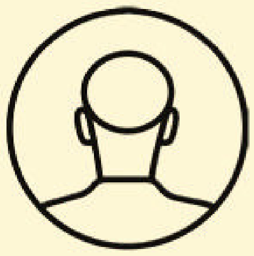
我彷彿弄亂弄丟很多東西，要找回來擺放回去比想像中還難。我不清楚自己的執著從何而來，又什麼時候才煙消雲散，但那終究是我自己的事，我要想辦法解決也是我自己一個人的事。但我似乎慢慢可以接受這樣的自己了。

總之，沒有人等我，也沒有人應該要等我，整個世界已經走到盡頭。

晚安，這座城市。別擔心，我會醒來的。

柯佳嬿
演員、作家
2012年出版了文字攝影集《我經過了一首詩》、2021年推出首本散文創作《再見 少女》。





NEVER ASSUME

Henry
@hxxadotinfo

我給不出滿滿的正能量，但願我能#用最溫柔的方式把自己打醒。

Q：做好了經濟上的準備裸辭創業，但卻沒有勇氣。請問有什麼辦法克服這個關卡嗎？

站在人生的十字路口上，我們最需要的不是大家口中的勇氣，而是屬於自己的方法。

我常常在想是否太多文章在賣弄夢想、太多故事在讚揚拋下一切勇敢創業，導致我們會把自己陷入在「繼續乾領正職月薪等待一個忍無可忍的時機」和「勇敢辭職吧衝吧創業吧」這兩個選擇之間。

但是每一個人的背景不一樣、特質不一樣，故事也不會一樣，我是不會跟你說「你的人生值得勇敢一回」這種不負責任但絕對能鼓舞士氣的話，因為勇氣不會讓你的創業成功，但是鑽研方法能讓你能坦然面對可能的失敗。

「沒有勇氣冒險」有屬於我們沒有勇氣的做法，如果我們就是那一群沒有資本可以輸的人、我們的個性就是沒有辦法賭上一切，那我們比別人擁有更多的只剩下「甘願犧牲的休閒時間」。

「想好公司名稱了嗎」、「有可信任的會計事務所了嗎」、「有營業登記的地址了嗎」、「開業後的每一天你的規劃是什麼」、「商業模式有屬於你的不可取帶性了嗎」……如果以上都沒有的話，有勇氣可以幹嘛？

在這個人生的十字路口上，我們以為眼前只有「辭職去創業」或「不辭職繼續等待」兩個選擇，但其實我們也可以創造自己的選項、找到方法：繼續做好正職工作，犧牲所有下班休閒時間做好創業該做的事，事實就是如此：當我們創業的收入穩定甚至是已經忙到不可開交了，那辭職便不再是十字路口的一個選擇，而是必經的路段罷了。

勇氣不是你創業的必要條件，但深刻分析、了解自己——知道自己是屬於那一群沒有勇氣、不敢冒險的人的話，探索出屬於你的方法，那才是真正創業的第一步。

這是真的，站在人生的十字路口我們都會焦慮，於我們這樣沒有本錢輸的人來說，面對焦慮最好的辦法永遠不是閉著眼往前衝，而是好好地靜下心來條列出那些讓我們焦慮的事情，一個一個用屬於自己的方式解決它們，最害怕的是我們一味地用教科書或網路文章上教我們必要成功的十個方法、但卻不屬於我們性格的方式來處理這些焦慮，

站在人生的十字路口上，我們最需要的不是大家口中的勇氣，而是屬於自己的方法。

最後我們要記著，當我們跨出去不是為了追求成功，而是萬全地準備好體驗失敗，那麼沒有勇氣將不再是我們的關卡。

PHOTO & TEXT_ 柯佳嫻，HENRY EDIT_PRAIRIE HSU

SPECIAL COLUMN



威廉
作家
在雜誌圈連滾帶爬十餘年，曾任流行網站總編輯，現為生活風格自媒體「PSYCHO doc.精神科觀察日記」經營者，著有《最後下班的人，先離職》、《絕交不可惜，把良善留給對的人》兩本職場、人際關係暢銷書籍，努力在湍急的時代站穩。

所謂手腕，無非就是懂得滿足他人的需求

移居台南的老友K，前年開了一家比薩店，道地的紐約口味意外收服挑嘴的當地人，開幕沒多久就晉升為排隊名店，成為必訪美食。疫情時代是創業者的生存戰，見他生意順風順水，每當我回老家時，偶爾會繞過去打聲招呼，雖然說不上幾句話，在一旁看著他忙進忙出，倒也開心。

好不容易等他攢出幾天空檔，溜回台北主動約大夥見面，一整間小酒館的嘈雜人聲，仍壓不過我們幾個的大嗓門。

「最近店裡生意好嗎？」

「忙啊！」

「我當然知道忙，但有忙到那麼久才能碰面嗎？」

「店裡人手不夠。」

「那就多請幾個人。」

「我也想啊，職缺都開了半年，就是沒人來應徵。」

聽說最近服務業很難找工讀生，幾個做餐飲的朋友叫苦連天，即便時薪已經開出高於行情，幾個月下來僅收到一封履歷，更別說堪不堪用。用勞力換取報酬是二十年前的價值觀，少子化讓許多家長更捨得給，同時間社群平台的強勢存在，若是好好經營自己，流量確實可以變現。想多賺一點零用錢，打工不會是率先考慮的選項。

進入真正的職場，需要拋開自尊、忍氣吞聲的局面無時無刻在發生，趁早練習不是壞事。打工時期點餐、端盤子、收拾殘局、應付奧客，看似沒有意義的行為，長大後只是換了另外一種形式存在，一但決定進入體制，所謂的自己其實就沒那麼重要。

踏入職場的頭幾年我特別有幹勁，極盡所能地衝，工作能攬就攬，使出渾身解術想證明自己夠出色，從助理到資深的距離我靠著蠻力走到，接著要爭取擔任部門主管的這哩路，卻頻頻卡關。能夠獨當一面，也累積一定的危機處理能力，接連幾次好表現讓我的強勢逐漸成為習慣，習慣別人得要尊重我的想法，反駁無效就選擇消極配合。

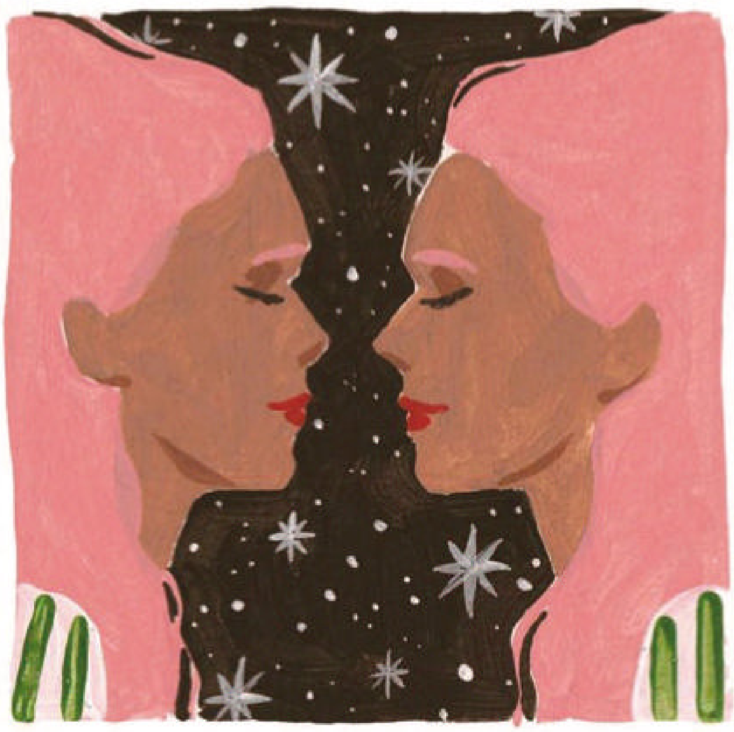
我抗拒順從，不想浪費時間和頻率對不上的人瞎攪和，管它是同事還是主管，直到有天覺察到職涯格局被自我意識作死，必須要捨棄過多的自己，若想在體制內謀取認同，我的求勝心必須以團隊為主，培養良性的人際交流跟應對技巧。念頭一轉，路就通了。

其實優秀的管理人才，不僅得具備領導能力，更要有服務精神，站到一定的高度，就會發現工作內容有一大半是要解決別人的問題，對上對下，對外對內，建立一套客製化的溝通模式很重要，有辦法借力使力，簡單說就是「手腕」。

有本事爬高的人通常具備著服務精神，願意以滿足他人需求為優先，有辦法解決問題才會被器重。帶著傲氣跟尖刺的職人性格，在體制內是行不通的，能做事但不能相讓為人，被放在執行端是宿命，奴性二字繞了一大圈最終在他們身上發生，聽來多諷刺。

想爭取升遷得先有手腕，心要好，嘴要甜，腰要軟，懂得察覺到別人的不舒服，以客體為主，調整自己的態度跟做法，想辦法讓合作能順利進行，這正好是服務業的特質，放到主管職是再理想不過。■

PHOTO & TEXT_威廉 EDIT_PRAIRIE HSU



★本月壽星★
雙子座 5.22～6.20

同事競爭與勾心鬥角逐漸浮上檯面，使得辦公室裡的氣氛詭譎，雙子能夠巧妙扮演平衡各方勢力的角色。面對變化迅速的投資市場，關注即時的訊息並且靈活調配資金，反而有一種樂在其中的遊戲感。伴侶相處逐漸流於形式，不如找個時間看電影，更能夠增加親密感。

巨蟹座 6.21～7.22
認真投入工作贏得上司讚賞，卻也因此需要承擔更多重責大任。不要想著為何要做得比同事更多，將此當作檢視過往經驗的考試，能夠激勵巨蟹有更好的表現。換個新髮型能夠有不一樣的心情，臉上的微笑都更加迷人，受到伴侶的稱讚讓巨蟹心花朵朵開。

獅子座 7.23～8.23
工作上再次卡關，卻找不到解決問題的方向，讓獅子感到茫然。回到家中小酌一番可以紓解壓力，若是過量可是會影響隔天的工作表現。需要負責家中長輩的照顧，以及解決孩子的種種突發狀況，每天條列好當日的待辦事項與先後順序，便可以從容地一一處理完畢。

處女座 8.24～9.23
身為主管的處女座，適度關懷同事日常生活與心情，讓部門的氛圍更加和諧凝聚，工作績效自然也隨之提升。遇到他人告白時，若覺得不適合做情人，也可以退一步成為朋友。所謂「人不理財、財不理你」，定期檢視投資狀況，才能夠做出更恰當的決定。

天秤座 9.24～10.23
掌握其他同業的動態，在與客戶洽談時，可以幫助天秤有更佳的臨場發揮。當需要向客戶或是在公司內部上台做報告時，專業性的穿著打扮，不僅更有自信，對當天的表現絕對有加分效果。戀人之間為了要聽誰的話、主導權在誰手上而相互競爭，小心發展成意氣之爭。

天蠍座 10.24～11.22
本月職場宛如宮鬥劇，上演各種檯面上檯面下的角力，就算沒有想要踩著他人往上爬的心思，但保護好並且盡力去爭取屬於天蠍的資源，也是一種對工作負責任的態度。戀人之間對於未來規劃並不一致，需要先找出雙方能達成共識的大方向，再慢慢討論實際層面。

射手座 11.23～12.21
跳脫原有的工作習慣及思考模式，能發現之前沒有注意到的盲點，順利找到突破的契機。同事之間互相分享訊息與資源，可以共同創造更優異的表現。戀人相處上有著心口不一的問題，有什麼想法坦率說出來，才不至將珍貴的感情無意義耗損掉。

摩羯座 12.22～1.20
本月適合對辦公環境做一番整理，早就該歸檔的資料、可以銷毀的文件，都不要繼續堆積在身邊，桌上的雜物收拾乾淨，將發現工作時的心情也為之一振，並且還有開運的效果。伴侶互動帶有不少的情緒，試著直接說出內心的關懷，將有意想不到的收穫。

水瓶座 1.21～2.18
現金在手才是王道！開拓新的財源需要醞釀一段時間，減少不必要的開銷卻能夠立刻見效。例如：停掉入會之後從未參與過卻每月繳費的健身課程、中午自己準備健康又美味的午餐代替團購外食、衛生紙類生活用品真的用完再買不囤積等。

雙魚座 2.19～3.20
購買有增值空間的手錶，可以激勵雙魚認真工作，也是近期增加財運的秘法。謹守買精不買多的原則，長期下來將發現穿著打扮有個人風格且備受稱讚，整體開銷可能還更省錢。想要展開新的戀情，不妨先讓身邊的朋友、家人知道雙魚的心意，請大家幫忙篩選介紹。

牡羊座 3.21～4.21
遇到轉職的機會，讓牡羊躍躍欲試、心動不已。就算暫時沒有真正做出決定，也在心裡有個底。另一方面透過進修工作領域的技能，例如外語、電腦軟體應用等，都可增加職場競爭力。戀人之間小吵小鬧可以增添生活情趣，但若言詞過於犀利，小心刺傷對方的心。

金牛座 4.22～5.21
收到主管交辦的工作時，請先確認其真正想法，避免產生誤解。繁重的工作需要有效率完成目標，而細節之處的正確性，更需再三檢核，以免造成後續關鍵性的錯誤。透過網路社團，結交到不少志同道合的朋友。維持規律飲食，做好心血管方面的保健。■

ILLUSTRATION_NORITAKE YUKIKO, GETTY IMAGES TEXT_CHAO AMANDA EDIT_DOMINIQUE CHIANG

ELLE 尊享優惠訂閱專案

A 方案

新訂戶
NT$2,000
續訂戶
NT$1,600
（訂閱總價值NT$5,500）

訂閱

ELLE雜誌12期 × DECORTÉ 黛珂 AQ完美精質卸粧霜



輕鬆卸除彩粧及髒污，賦予肌膚彈力與潤澤。搭配奢華潤膚成分，宛如從肌底煥然一新般，實現柔嫩透耀的完美素顏。

（150g，NT$3,100）

B 方案

新訂戶
NT$2,000
續訂戶
NT$1,600
（訂閱總價值NT$5,400）

訂閱

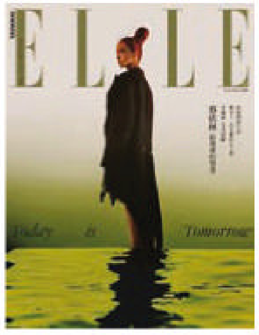
ELLE雜誌12期 × LA BIOSTHETIQUE 髮妝之鑰 賦活肌密抗白菁萃—頭皮髮根活絡精華液



以97%天然成分保養有白頭髮的頭皮，改善頭髮頭皮困擾，抗白菁萃3大黑源萃功效：

1.專利仿生肽：頭髮有活力
2.蠟燭灌木萃取：頭髮豐盈美麗
3.寶石孔雀石萃取：頭髮光澤亮麗

（95ml，NT$3,000）



歡迎加入LINE@　　歡迎訂閱ELLE電子報

活動期間：至111年6月30日止

ELLE 優惠專案 專屬訂閱單

我願意自 ____年____月 開始訂閱

方案A　ELLE雜誌 12期 × DECORTÉ 黛珂 AQ完美精質卸粧霜
□新訂戶NT$2,000　□續訂戶NT$1,600

方案B　ELLE雜誌 12期 × LA BIOSTHETIQUE 髮妝之鑰 賦活肌密抗白菁萃—頭皮髮根活絡精華液
□新訂戶NT$2,000　□續訂戶NT$1,600

訂閱人資料（請務必填寫所有欄位以免喪失不定期之會員優惠權利）

姓名：　　　　　　出生年月日：

連絡電話：（日）　　　（夜）　　　（手機）

收書地址：□□□-□□

E-mail：

信用卡簽帳資料

□VISA CARD　□MASTER CARD　□JCB

信用卡卡號：　　—　　—　　—

有效期限：　　月／　　年　　簽名（與信用卡簽名相同）：

消費金額：

方案A	平 信	□新訂戶NT$2,000	□續訂戶NT$1,600
方案A	掛 號	□新訂戶NT$2,336	□續訂戶NT$1,936（掛號費每期另加28元）
方案B	平 信	□新訂戶NT$2,000	□續訂戶NT$1,600
方案B	掛 號	□新訂戶NT$2,336	□續訂戶NT$1,936（掛號費每期另加28元）

發票：□二聯式　□三聯式　　統一編號：

發票抬頭：

說明：**1.**ELLE雜誌於每月5日以平信方式郵寄，贈品於訂購之次月20日以掛號郵寄。**2.**贈品顏色以實物為準，台灣赫斯特保留贈品其他等值贈品之權利。**3.**此優惠不得與其他優惠活動合併使用，不適用於海外訂戶，亦不得折換現金。**4.**維護會員權利，每一訂戶編號限訂閱方案一份，因贈品數量有限，請見諒！

訂閱方式

傳真　填妥上方表單，傳真至24小時傳真熱線：02-7747-1600

郵寄　填妥上方表單，郵寄至 11072台北市信義區菸廠路88號8樓 發行部收

劃撥　郵局劃撥帳號：15477461　戶名：台灣赫斯特媒體股份有限公司

台灣赫斯特媒體股份有限公司（以下稱[本公司]）於您訂閱時取得您所提供之個人資料的目的係為確認身分、寄送您訂閱的書籍、所獲贈的禮品，以及提供您與訂閱相關之服務或優惠訊息。本公司將依您提供個人資料之目的管理、保護、處理、使用您的各類資料，取得您的書面同意之前，絕不會將您的個人資料進行超乎上述目的使用。您於訂閱時所提供予本公司之資料，本公司將於您訂購雜誌之期間起直至您通知本公司停止處理或使用您的個資前，藉由您已提供予本公司之上述資料，提供您與訂閱相關之服務或優惠之訊息。您可向本公司請求刪除或停止處理利用，請以電話或電子郵件連繫。

歡迎加入 HEARST TAIWAN 讀者俱樂部，多項優惠即時享受

Hearst Taiwan　LINE@ @hmo1691e

風格在手
跟著 ELLE
引領潮流趨勢



ELLE電子雜誌

Hami書城
myBook樂讀隨我
udn讀書吧
Zinio
Kono
MZ+
MagV
Pubu電子書城

sexy, stylish
spirited, sharing
sense of humor

ELLE讀者服務專線：0809-088119 / 02-7747-1665～6　週一至週五：9:30～17:30

ELLE *SHOPPING*



聖沛黎洛 炫耀系氣泡聯名

義大利氣泡水品牌聖沛黎洛SANPELLEGRINO與台灣知名ZESTEA康普茶合作，在推出全新聯名天然水果康普茶氣泡飲，以經典義式調酒概念出發，用全新時尚氣泡飲喝到調酒般的豐富層次，帶來米其林般的夏日饗宴。

VINATA 奢養鑽石發光肌

台酒生技VINATA推出「超粹小金心」激透光米植醇特潤膠囊，以純淨製程打造專利成分「超臨界米植醇」偕同維生素B群、比菲德氏菌發酵精華與積雪草精華、Q10等配方，睡前一抹，實現無瑕鑽石發光肌。



GUERLAIN 精彩跨界藝術創作

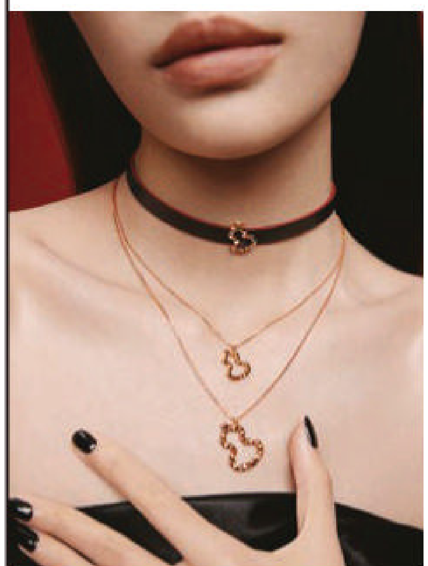
嬌蘭呈獻原創經典傑作——蜂印瓶，與視覺藝術家托馬斯·利貝提尼（Tomáš Libertíny）合作，為香氛瓶披上蜂巢圖樣的蠟質裝飾，猶如真實蜂窩般栩栩如生，透過蜜蜂成為尖兵，將大自然昇華成藝術。





新加坡*NO.1*保養品牌 碧歐斯

睽違4年專為亞洲肌膚設計及調製配方，推出最新抗老產品Bio V逆齡系列的『BIO V逆齡緊膚精華』，採用法國黑蘭花以及添加醫美級成分的菸鹼醯胺，在成份和功效上更貼近消費者需求，挑戰V power V極『線』。



*Qeelin*致青春的成人禮

是承載也是新生，為慶祝品牌18周年「成人禮」，特別呈現佳作 Wulu18系列，保留經典葫蘆基礎之上，以鉚釘結構帶來創新哲學。在18K玫瑰金獨具鋒芒的質感襯托下，是高級珠寶也可以輕鬆風趣，成為日常打扮的時髦配件。

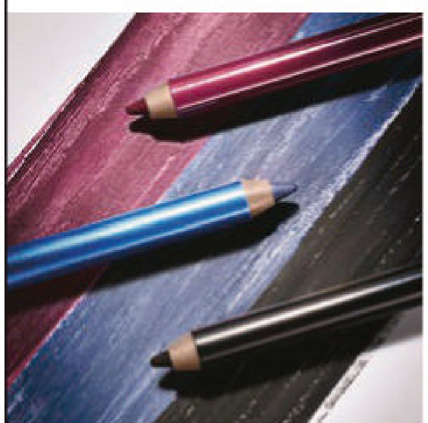
JO MALONE LONDON 英倫遨遊 夏日香氛

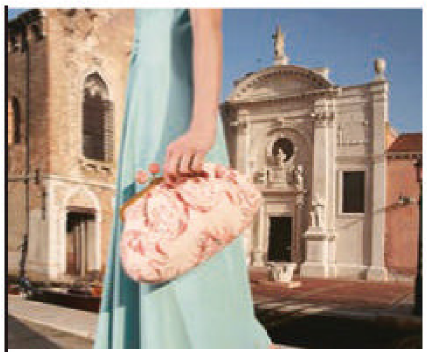
JO MALONE LONDON帶來充滿清新活力的全新英倫遨游系列，以英國盛行的大自然野外游泳為靈感，每款香氣都展現英倫系列特色和收藏價值，獨特如水般的清新、透明和流動性水生調香氛，開啟英倫遨游之旅。



ESTÉE LAUDER 粉持久 超防水眼線筆

雅詩蘭黛2022迎來超級新星「粉持久24H超防水眼線筆」，延伸粉持久家族超完美優秀持久持色基因，融入24小時抗水、防暈染及超持色優點，加入色彩飽和與質地柔軟特色，力拼做2022眼線界的NO.1！





WEEKEND MAX MARA 點心包環球之旅

WEEKEND MAX MARA經典Pasticcino點心包隨 2022 秋冬系列首發亮相，以威尼斯為起點，選用質感華麗的福圖尼（Fortuny）面料，綴以穆拉諾（Murano）製造的彩色玻璃珠包扣。靈活百搭、質感柔軟且容量充裕，令人為之傾心。



ASICS 曹祐寧潮穿搭示範

ASICS推出傳奇新作GEL-NIMBUS 9復古藍、香檳金與質感黑經典配色，邀請品牌大使曹佑寧親自演繹，都會質感正裝、運動休閒與懷舊復古風格三種造型，完美發揮GEL-NIMBUS 9的極大特色，滿足不同風格的潮鞋穿搭需求。



ROBINMAY
歡慶周年 插旗信義區

台灣時尚配件品牌ROBINMAY首度插旗流行大本營信義區，斥資百萬打造形象概念空間；重新定義品牌精神「EVERYDAY "LOVE" ROBINMAY」，透過時尚探討愛的價值，並推出BOHO-CHILL兩款新品，傳遞「因為時髦，所以自由」的生活態度。



MIKIMOTO
優雅面貌 自信風采

MIKIMOTO品牌全球代言人迪麗熱巴以一身白淨洋裝，配戴Universe Elements系列戒指與日本Akoya珍珠鑽石耳環。日本Akoya珍珠獨有的瑩潤光澤襯托白皙肌膚，極簡點綴盡顯優雅高貴氣質，散發純淨的靈動光芒。



「樂敦*V*」獨家複方*5*合*1*
護明好晰力

來自日本樂敦製藥，以百年專注人類健康開發經驗，全新研發「樂敦V金盞花萃取物葉黃素複方軟膠囊」，為專注護明健康成份的保健品，精選獨家5大複方營養成份，一日一粒，明亮您的新視界！

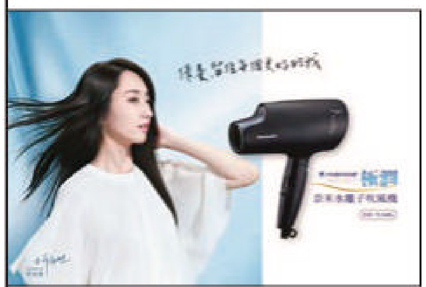
TRUSSARDI
香水瓶裡的米蘭街道

2022年TRUSSARDI再度打造《戀戀米蘭系列》，推出六款全新淡香精，並以不同顏色的格雷伊獵犬——銀色、黑色、金色區分出三個系列，呈現米蘭的迷人、時尚藝術和如神話般的氛圍，將米蘭回憶裝進香水瓶裡。



PANASONIC
極潤髮絲保養

PANASONIC攜手金鐘影后柯佳嬿聯手詮釋秀髮保養哲學，全新極潤奈米水離子吹風機EH-NA0G，以保濕、抗UV抗退色、速乾三大特色，讓妳的秀髮更水潤、髮質更強韌，秀髮的每一刻都是最美好的狀態！



佳格集團
*CHiiiiiiiii*奇動能量飲
新登場

知名保健品牌「桂格」產品深植國內消費者人心，近年積極深耕新世代，便看準了年輕機能性飲料市場的趨勢，運用多年保健飲品所積累的經驗值與優勢，在今年5月首次跨足國內飲料市場，正式推出全新機能飲料品牌-CHiiiiiiiii奇動能量飲!單品！





JINS 萬支廢鏡
打造哥吉拉

日本眼鏡品牌JINS以行動響應聯合國SDGs政策，號召民眾回收廢棄眼鏡，超過1.6萬支回收眼鏡，由生態創作藝術家「李翊楷」打造成近2公尺高的「破鏡重生-哥吉拉」，希望增加大家對永續議題的關注。

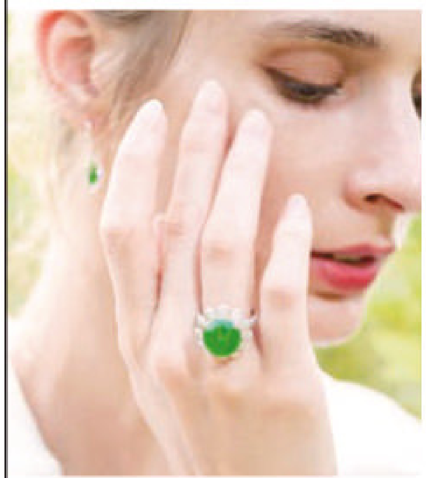


SHU UEMURA
原地立體時尚臉

植村秀推出「創藝無限眼影—金屬蜜光質地」、「3D超廣角濃密睫毛膏」，輕鬆讓亞洲人較為平面的雙眼原地立體，用自然但深邃的眼神展現勾人魅惑個性，一個眨眼隨即讓人忍不住想多看幾眼。

*JADEGIA*玉世家
春之極品 玉光翠影

春之壓軸，JADEGIA玉世家推出翡翠珠寶極品「翠漣映」蛋面翡翠戒指，頂級翡翠主石質地勻透，玉色濃郁，琢磨為經典的蛋面造型，襯托精湛鑲嵌的璀璨鑽石，靈氣神采，風華耀目，展現極致的珠寶之美。



新竹《或者書店》
獲全球獨立書店推薦

由鴻梅文創打造的新竹竹北獨立書店《或者書店》獲得全美最具規模的大學出版社之一耶魯大學出版社（Yale UP）評選為全球獨立書店推薦名單，藉此向國際讀者分享團隊所秉持的選書想法與閱讀企劃。



DIOR 玫瑰珍釀 致敬永續

DIOR全新「MISS DIOR玫瑰珍釀香氛」香氣核心為每年僅收成一次的五月玫瑰，完美交織織馥郁繚繞的「五月玫瑰原精」，締造業界首款猶如絕世佳釀、依年份珍藏的奢華香氛，開創MISS DIOR全新篇章。



打開他們的腦

設計師陳瑞憲曾經是形塑台灣空間美學的主力，影響源遠流長。但這次，Louis Vuitton僅僅10日的Objets Nomades家具展首次邀他規劃空間，面對一個暫留的體驗，他也有了新發現。



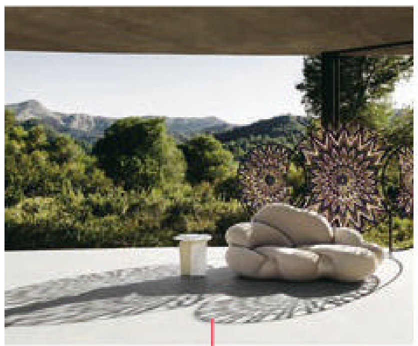
最近遇到有趣的人是園藝設計師

園藝這塊我是從來不碰的，做園藝設計、種植栽必須要有天份，我透過這些人認識從來不碰的事，讓我覺得很有趣。



LV展覽是暫留空間，和常設空間考量不同點是？

以前在巴黎、義大利看歌劇、話劇，我對舞台設計很有興趣，受到時間限縮的臨時建築物，要把張力弄到最大可能性，用空間、大小、壓縮、放大，燈光怎麼投射在要講的故事上。



我去不膩的地點是自然

我喜歡自然，喜歡去陽明山走路。自然是我從小時候到現在一直放不掉的，我覺得是人生最好的夥伴。



整個展區內最喜歡哪個角落？

應該說從這個空間看到另一個空間的時候、產生空間層面的感覺我最喜歡。因為用色強烈，那個強烈點也是故意用不同邏輯的顏色。



陳瑞憲

曾赴日本攻讀建築，代表作品有早期的誠品書店、實踐大學校區、君品酒店等規劃，是台灣極為重要的空間設計師，名氣享譽全球。

❶ **Q：最近想做或正在醞釀的是**

A：燒陶，這個我醞釀很久了，就買設備然後開始學，因為我總覺得人生需要一些藝術的東西，就從零開始學，從基本功開始學，我覺得那一是一種修煉，是跟自己的對話。

❷ **Q：最近沒有買東西，反而是**

A：斷捨離，我已經好幾年沒買衣服。我捨棄了慾望。捨棄了慾望什麼事情都會變得很簡單，我唯一沒辦法捨棄的慾望就是食慾，其他我都可以捨棄。

❸ **Q：最近對自己的新發現是**

A：我人生第一次用這麼多顏色，我覺得在顏色上的掌握，又發現了一個可能性。

PHOTO_DR. TEXT & EDIT_KORA HSIEH


COSMOPOLITAN
WELCOME TO COSMO LAND
2022
SUMMER
COSMO
Bikini
PARTY
一起穿上比基尼
登入夢幻 Cosmo Land！
COSMO SUMMER BIKINI PARTY 2022
July 9, 2022 SAT
TIME
13:00 PM - 19:30 PM
VENUE
台北圓山聯誼會
台北市中山區中山北路四段一號
CRYSTAL pass $650/人
CRYSTAL pass For Besties $1,200/2人
(閨蜜雙人票)
VIP GEMSTONE pass $800/人
限量
VIP DIAMOND box $15,000/10人
(含包廂)
限量
7/9 SAT.
名額有限 立即報名
台北圓山聯誼會
凡報名者每人皆可得到一份報名禮
主辦單位
COSMOPOLITAN
協辦單位
台北圓山聯誼會
The Yuan Shan Club of Taipei
合作夥伴
AIR SPACE
Relove
Neogence霓淨思
CHAMPAGNE COLLET
VAVA
17LIVE
Cheers氣泡水
Merry Meet
CliqueFie
A Plastic Project


GUCCI
#GucciLoveParade
gucci.com